ॐ ततसत

سندھیا اُپاسنا

یعنی

پرنو اور شری مہا گائتری کا ورنن شلوک سمہت

اردو میں پدارتھ اور بھاؤ ارتھ سمہت

گائتری دھاری نہارمک منتروں کے اُوپر یوگی

سمپادک: پنڈت کیلاس رام وئید بھوشن

نیوہ تحصیل پلوامہ کشمیر

نوٹ :- بغیر اجازت کوئی نہ چھپائے۔

بار اول: سن ۱۹۶۷ء قیمت ۸۵ پیسے

وِنَیں پرارتھنا

ہم نے بہت آیاس اور پریتن سے یہ پاٹھ ارتھ اور بھاؤ ارتھ
سہت سندھیا اُپاسنا اور پِتروں کے ہَون کا ورنن سرل اور
سُتمان کال کی اُردو ہندی بھاشا میں اسلئے پرکاشت کیا کہ
گایتری دھاری موکھ منوشیہ اس کو اچھی طرح سمجھ کر اُتّم لابھ
پراپت کریں اور بخوبی اس کے تتو کو جان لیں۔ کہ جب ہم لوگ تیرہ
بھاگا گایتری سنسکار کے باگ پر ہزاروں روپے خرچ بلکہ قرض لے کر اپنے
سنتانوں کو گایتری کا سنسکار کرتے ہیں۔ اسکا اصلی مقصد کیا ہے
اور کیول اتنا بڑا اُتسو اور یگیہ کیا جاتا ہے۔ اسلئے پرارتھنا
ہے کہ ہر ایک سجن اس ارتھ سہت سندھیا کو پراپت
کرکے ایہ لوک اور پرلوک کا لابھ پراپت کریں اور اگر کبھی
کوئی غلطی ہوئی ہو، تو کرپا انوچر پر معاف فرما دیں۔

سناتن دھرمیوں کا انوچر
وِدیا بھوشن کیلاس

بھومکا

پراچین رشیوں منیوں نے براہمن کشتری اور ویش تینوں ورنوں کے اُدھار کے لئے سندھیا اُوپاسنا ویدوں کا سار نکال کر پرگھٹ کیا ہے اور لکھا ہے کہ براہمن آدی ورنوں کو پراتا مدھیان اور سایم کال میں سندھیا کرنا اوچت ہے۔ کیونکہ یہ آتم لابھ حاصل کرنے کا پہلا زینہ ہے اور اسکے بغیر منوشیہ دھارمک ترقی نہیں پا سکتا ہے۔

اسلئے مجھے سمت ۱۹۷۸ بکرمی سے اس سندھیا اوپاسنا کے ارتھ سہت چھپوانے کا بہت شوق تھا۔ آخیر پر بہت تلاش کے بعد میں نے ایک گھرانے سے بہت پرانے سندھیا بھاشیہ کو حاصل کیا اور بہت عرصہ تک اس کو اچھی طرح پڑھ کر شری مہادیو جی مہاراج کی کرپا سے اسکا ترجمہ اردو میں پرگھٹ کیا۔ جس سمت کا یہ سندھیا بھاشیہ تھا۔ تب سے آج تک ۲۲۵ سال گذر چکے ہیں۔ — پہلے ارتھ اور بھاؤ ارتھ میں پرگٹ کر کے شری پنڈت نیل کنٹھ جی شرما ڈھبے آکورہ سے اسکی شودھنا کرائی گئی ہے۔

لکھا ہے۔ کہ شاستوں میں مہاگایتری کیول ایک پرنو کا وستار ہے۔

اسی پرنو یعنے اوم کا وستار یا ویا کھیا تین ویدوں سے گایتری منتر کے ۲۴ اکھشروں دوارا بہ ترتیب ذیل اخذ کیا گیا ہے یعنے اوم اسکا مبدا اور "تت سوتور وری نیم" رگ وید کے یہ آٹھ اکھشر ہیں اور بھرگو دیوسیہ دی مہی یجر وید کے یہ آٹھ اکھشر ہیں اور دھیو یونہ پرچودیات سام وید کے یہ آٹھ اکھشر ہیں۔ ان تینوں ویدوں سے یہ گائیتری منتر اخذ کیا گیا ہے۔ اسلئے پرنو کا وستار وید اور ویدوں سے مہا گائیتری اور اسکی اوپاسنا یہ سندھیا اوپاسنا پرسدھ قرار دی گئی ہے۔ اسی کرکے یہ گائیتری ہماری اوپاسیہ دیوی اتھوا سرب جگت کی ماتا ہے اور صرف ماتا ہی اپنے سنتانوں کے کلیش کو دور کرنے میں سمرتھ ہے۔ دوسرا اسکے سماں کوئی بھی ہمارے دکھوں کو ناش کرنے والا نہیں ہے۔ اور نہ گائیتری کے بنا کوئی ہمارا کلیان اور اودھار کرنے والا ہے۔ اس کی اوپاسنا کرم یعنے سندھیا اوپاسنا کے بغیر کسی بھی دیوتا کی اوپاسنا سدھ نہیں ہوتی ہے اور گائیتری کا اوپاسنا کرنے والے کو پھر کسی دیوتا کی اوپاسنا کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ کیونکہ اس شکتی بھگوتی سے بڑھ کر اور کوئی دیوتا نہیں ہے۔ ذیل منتر بدیں بیان ہے۔

پرتھمم گائیتری سندھیا ہرنہ سمپورنام

تناہ سروے وید منترے سرو سدھی شچہ وندتے

ارتھ سات دیا ہرتیوں سمیت گائیتری منتر کا ایک لاکھ
جپ کئے بغیر کوئی بھی ویدمنتر سدھی دایک نہیں ہو سکتا ہے
اس لئے ظاہر ہے۔ کہ یہ گائیتری منتر ویدک ساہت کی کنجی
ہے۔ اسلئے برہمن اور گائیتری کا آپس میں گہرا تعلق ہے۔ سچے
برہمنوں کو گائیتری کے آرادھیہ سے آجنم ونچت رہنے پر بھی
انت کال میں اپنے آپ اسکا سمرن ہو آتا ہے۔
پونیہ کرموں دوارا برہمن یونی میں جنم ملتا ہے اور اسی
منوشیہ جنم میں گائیتری اُوپاسنا دوارا سب پاپ وگدھ ہو کر
آتھمہ لابھ کی سدھی ہوتی ہے اور مکھتی ملتی ہے۔ اسی گائیتری
کا ورنن ویدوں اوپنشدوں اور سمرتیوں میں کیا گیا ہے بھگوت
گیتا میں اس کا ورنن کیا گیا ہے اور اسی کا اشارہ اوم اِتیہ
اکیا کھرم برہم آٹھویں ادھیائے میں دیا گیا ہے اور اسی کا ورنن
سانب جی نے سمانب پنچاشکا شلوک نمبر ایک اور دو میں ورنن
کیا ہے۔ یعنے اسی اناہت شبدھ اوم کا جپ منوشیہ رات دن
کرتا رہتا ہے۔ یہی منس تو تتر میں شلوک نمبر ۲ ترئی تیبر دورتو
یعنے آپ ہی ویاپک ہو کر اکار وکار مکار تتھا رگ یجر سام
بھو بھواہ سواہ برہما وشنو مہیشور وغیرہ دھارن کرکے چترتھا
نرنکار دھام جسکو تریا کہتے ہیں۔ اسکو بھی دھارن
کرنا ہے ای شرند آپ کی استوتی کیا کرتا ہوں۔
پنچستوی میں بھی اس سندھیا اُوپاسنا اور گائیتری
کا ہی وستار ہے لغو تو شلوک نمبر ۱ میں اسی پرکاش سروپ

کا ورنن کرتے ہوئے یہ پرارتھنا کی ہے کہ ہے ماتا بھگوتی
ہمارے ہردے میں نرمل آتمک پالوں کو اپنے تین اکھروں لیے
اوم کے نرنتر اُشچارے جو گورمانتھ دوارا اپدیشی کیا گیا ہے۔
سروتر ناش کریئے۔ چرجپن تو شلوک نمبر ۲۵ اور گھنسنتو
شلوک نمبر ۱۳ میں کام کرودھ لوبھ آدی اپ سموہوں کو اور
آدی دیوک آدی آتمک ادی بھوتک سنتاپوں سے مکت
کرنے والی اور بھوگ پدارتھوں کو دینے والی آپ ہی ہو۔
ابھستنو کے شلوک نمبر ۲۵ میں یہ پرارتھنا کی ہے۔ کہ آپ
ہی شکتی۔ شریر۔ آدی دیو۔ ہرنیہ گربھ۔ جیو آتما۔ گیان شکتی
کریا شکتی۔ اندریہ شکتی وغیرہ ہو کر اُتپتی پالن اور ناش
کرتی ہو۔ یہ سب پربھاو جو اوپر کہا گیا ہے ماتا گائیتری کا ہی ہے
اس لئے منوشیہ کو چاہیے کہ سب بھوگ پدارتھوں کے
سہت ہو یا رہت اپنے دھن، دولت، استری، سنتان،
لابھ الٹھوا سورگ اور مکتی پراپت کرنے کے لئے سندھیا
اوپاسنا نرنتر کرتا رہے۔ یہ سندھیا اوپاسنا کرم سوکام اور
نشکام دونوں پدارتھوں کو دینے والی ہے۔ تتھا بدھی آیو اور
آروگیتا کو بڑھاتی ہے۔
اس لئے صبح سورج چڑھنے سے پہلے نیند سے اٹھ کر تن
من اور بھوت آتما کی شدھی کر کے جیسا لکھا ہے کہ پانی سے باہر
کے شریر کی شدھی ہوتی ہے اور سچ بولنے سے من شدھ ہوتا ہے
اور پاٹھ یا کوئی شاستر پڑھنے سے بھوت آتما شدھ ہوتا ہے۔

بادھی گیان سے شُدھ ہوتی ہے۔ دریا یا ندی کے تٹ پر یا گھر
میں ہی پوتر اور اُتم آسن پر پورو مکھ بیٹھ کر ویدی پورو ک
سندھیا اُپاسنا کا آرمبھ کرے۔ لیکن یاد رکھو کہ وید منتر
اور گائتری منتر کو شُور شبد ارتھ سہت اُچارن کرنا
چاہئے۔ یہاں وید کا پرمان ہے۔ شلوک۔ منتر ہینو ناورنہ
توا متھیاہ پریکتو نہ تم ارتھم آہ سیہ واگ وجرو یجھوتاہ
یجمانم ہنستے یت اندر شترو سورتو اپرادھات۔
ارتھ۔ منتر کو غلط شبد سور اور ورن کے اُچارن سے
جو منوشیہ وید پاٹھ پڑھتا ہے۔ اور ارتھ کو بھی نہ جانتا ہو۔
وہ منتر وانی روپ وجر بن کر پڑھنے والے کو اس طرح ناش
کرتا ہے۔ جس طرح سور کے غلط پڑھنے سے اندر دیوتا کے شترو
نے ترقی پائی۔ اور دشمن ناش کرنے کے بجائے دشمن ہی بلوان
بن گیا۔ اور اندر نے اُس پر ہرگز قابو نہ پایا۔
سندھیہ کا ارتھ ہے۔ دو کا جوڑ۔ یعنی جس وقت رات ختم
ہوتی ہے اور دن شروع ہوتا ہے۔ اُس وقت کو پراتہ سندھیا کہتے
ہیں۔ جب دن کا چڑھاؤ یعنی دوپہر ہوتا ہے اور پھر دن اترنا شروع
ہوتا ہے۔ تو اُسے مدھیان کی سندھیا کہتے ہیں۔ جب دن کا انت
اور رات کا ابتدا ہوتا ہے۔ تب اُسکو سائم سندھیا کہتے ہیں۔
ان تینوں وقتوں کے درمیانی وقفہ کو سندھیہ کہتے ہیں۔ وید میں
اس کا پربھاؤ ایسے لکھا ہے۔ کہ اس سندھیہ کے سمے سندھیا
اُپاسنا اور جپ کرنے سے نت کال پھل ملتا ہے۔ اس لئے اس

سندھیا سمے کے وقت بغیر بھگوت سمرن کے کھانا پینا یا کوئی کام کرنا یا برے الفاظ کا استعمال کرنا منع ہے۔ اسکا سمے دن چڑھنے سے ۱۰ منٹ پہلے سے لیکر ایک گھنٹہ مقرر ہے۔ اسی طرح سورج ڈوبنے سے ۱۰ منٹ پہلے سے ایک گھنٹہ مقرر ہے۔ بغیر سندھیا اوپاسنا کے کوئی اور کام یا کھانا پینا وغیرہ کرنیسے منوشیہ روگی بن کر آیو کا کھے ہوتا ہے۔ جو منوشیہ غلط آہار وہار کا استعمال کرتا ہے۔ وہ ہمیشہ مرض میں مبتلا رہتا ہے اور بار بار بیمار رہنے سے عمر کی کمی ہوتی ہے۔ جو زیادہ بیمار نہیں رہتا ہے۔ اسکا آیو سنفر اور عمر دراز ہوتی ہے۔ اسلئے جائز اور وقت پر اچھے غذاؤں کا استعمال کرنا صحت تندرستی اور توانائی پیدا کرتا ہے۔ سندھیا کرنے کا دیش۔ جو سندھیا نہیں کرتا ہے۔ وہ شودر کہلاتا ہے۔ سمرتی پرمان ہے۔

شلوک:۔ سندھیا ایئی نہ وگینیا تا سندھیا ایئی نہ اوپاستا بہ
شودر وت بہشکار یا سرو سمات دیوجہ کرمنا۔

ارتھ:۔ جو سندھیا نہیں کرتا ہے۔ اس کو برادری سے خارج کرنا چاہیئے۔ کیونکہ وہ دیوجنم کہلانے کا مستحق نہیں ہے۔

جو منوشیہ بیماری آدی کارن کے بنا سندھیا نہیں کرتے ہیں۔ وہ مر کر کتے۔ سانپ۔ مرغ اور وراہ اتیادی جونیوں میں جنم پاکر نرنتر دکھ پاتے رہتے ہیں۔ جو منوشیہ کارن بنا تین دن سندھیا نہیں کرتا ہے۔ اسکو پرایاشچت کرنا لکھا ہے۔ وہ سنان آدی شودھا کرکے نراہار رہ کر دن بھر سوریہ ادوے سے

سوریہ است تک ویدی پوروک گایتری کا جاپ کرکے اور شام کو شدھ اور پوتر وشنو بھوجن کرے۔ تو سندھیا نہ کرنے کے اپرادھ سے چھوٹ جائیگا۔

نوٹ:۔ جنم یا مرن کے سوتک میں پتنی کے رجو سولا کے دنوں میں یا اگر جسم میں کوئی گھاؤ ہو جس سے پیپ اور خون نکلتا ہو سندھیا اوپاسنا نہ کرے۔

منوشہ کو تین رِن ادا کرنے کا اُنہ ادھک ادھیکار ہے۔ دیورِن۔ پتر رِن۔ رشی رِن اور اتیتھ یوجا۔ دیورِن یعنے سندھیا جاپ اگنی ہوتر کرنا۔ پتر رِن۔ یعنے جس پتا کا انش ہو اور جس ماتا کے گربھ سے اتپن ہوا ہو اسکی تن، من، دھن سے سیوا کرنا۔ انکو امرت ہونے کے بعد شرادھ ترپن وغیرہ کریا کرم کا کرنا اور رشیوں کا ترپن کرنا اوچت ہے۔ اتیتھ یوجا۔ یعنے مسافر کو بھگوان سمجھ کر اسکی یتھا شکتی سیوا کرنا۔

جو منوشیہ اگیانی دوشٹ آچرن کو کرتی کرودھی است بولنے والے کسی کے حق زمین، دھن، استری یا کسی وستو کو چاپلوسی کپٹ یا زبردستی سے چھیننے والے سندھیا، شرادھ، ترپن نہ کرنے والے ماتا پتا کی سیوا نہ کرنے والے کنجوس اور کرودھ وشش ہو کر سادھو مہاتماؤں کی نندا یا ہنسی اڑانے والے ابھکشیہ بھوجن کرنے والے وید شرتیوں اور شاستر ادی کو نہ جان کر اسکی نندا کرنے والے اتیتھ کو تر سکار کرنے والے گھور نرکوں کو بھوگتے ہیں اور کرم وش اگر وہ کداچت پھر منوشیہ یونی میں جنم لیں گے۔ تو دریدر اور روگی

ہی اُتپنن ہوں گے۔ اُنکے واسطے بھگوتی نے ذیل لیعنے وچن امرت شلوک ورنن کیا ہے۔

ننانہ ان تو سادھکا سروی ونبشنتو ویدوشکا

ارتھ۔ لیعنے اچھے سادہو اور نیک چلن جو بغیر کپٹ کے ہوں۔ دھن سنتان اور سمپت پاکر سمسار میں موج اور آنند سے بھوگوں کو بھوگیں اور جو دیری خود غرض کیٹی اور بُرے کرم کرنے والے ہوں۔ وہ ناش کو پراپت ہوں۔ یہ ہمارا انتہ پاٹ ہے۔

پنچسنوی کا ایک شلوک جسکا ارتھ یہ ہے۔ سکل جنی تو

شلوک نمبر ۵

یہ شریر کتوں اگنی یا پکھیوں) کا خوراک ہے۔ کوئی کبھی بھی گنتی میں نہیں لاتا ہے کہ شریر کب کس پرکار کیسے اور کہاں ناش کو پراپت ہوگا۔ اسلئے ہی امن اس کی آشا چھوڑ کر کیول جگت ماتا شری مہا گائیتری کے شرن میں آجاؤ۔

مطلب یہ ہے۔ کہ یہ شریر ہر وقت ناشوان ہے۔ اسلئے اگر سوکرت سانوک اور سچا آن بھا کر اور کپٹ چھوڑ کر اپنے سو دہرم میں شریر کا تیاگ ہوتا۔ تو کیا ہی سکھدایک ہوتا اور منوشہ کی بدنامی نہ ہو کر اچھی گتی کو پراپت ہوتا۔

اب یہاں سے سندھیا اُپاسنا پرارنبھ ہوگی۔ یہاں سے ہی پرنو اور گائیتری تتھا دیا ہرتیوں کا سمبندھ چھند اور رشی وغیرہ کا ورنن اور جپ کا مہتو اور ونیوگ کہا جاتا ہے۔ شلوک

ॐ श्रीमहागायत्र्यै नमः। सावित्र्यै नमः। सरस्वत्यै -
नमः॥ ॐ प्रणवस्य ऋषिर्ब्रह्मा, गायत्रं छन्द एव च
देवोऽग्निर्व्याहृतिषु च, विनियोगः प्रकीर्तितः॥
प्रजापते र्व्याहृतयः, पूर्वस्य परमेष्ठिनः। व्यस्ताश्चैव
समस्ताश्च, ब्राह्ममऽक्षरमोमिति॥
व्याहृतीनां समस्तानां, दैवतं तु प्रजापतिः। व्यस्ता-
नामऽयमऽग्निश्च, वायुः सूर्यश्च देवताः॥ छन्दश्च
व्याहृतीनामेकाऽक्षराणामुक्तारव्यं द्व्यक्षराणामऽ-
त्युक्तारव्यम्। विश्वामित्र ऋषिश्छन्दो, गायत्रं
सविता तथा॥ देवतोपनये जपे, गायत्र्या योग
उच्यते। आवाहयामि गायत्रीं, सर्वपापप्रणाशि-
नीम्॥ न गायत्र्याः परं जप्यं, न व्याहृतिसमं हुत-
मू। आगच्छ वरदे देवि, जपे मे सन्निधौ भव॥
गायन्तं त्रायसे यस्माद्गायत्री त्वं ततः स्मृता।
अग्निर्वायुश्च सूर्यश्च बृहस्पत्याप एव च॥ इन्द्रश्च
विश्वेदेवाश्च देवताः समुदाहृताः। एवमाऽऽर्षं छ-
न्दो दैवत, विनियोगं चाऽनुस्मृत्य॥

ارتھ:- اوم شری مہا گائتریے نمہ۔ ساوتریے نمہ۔ سرسوتے نمہ۔
شری مہا گائتری، ساوتری اور سرسوتی کو نمسکار کرتا ہوں۔ پرنو
وسیہ رشیر برہما۔ پرنو کا رشی برہما ہے۔ گائتریم چھند ایوچ

گائیتری اس پرنو کا چھند ہے۔ دیو داگنیر دیوتا اسکا اگنی ہے۔
دیا ہرتی شوچہ اور دیا ہرتیون کے ساتھ دِنیوگاہ پہ کرنہ تاہ
ملاپ یعنے سمبندھ کہا گیا ہے۔ پرجاپتے دیا ہرتیاہ۔ دیا ہرتیاں
پرجاپتی سے اُتپن ہوتی ہیں۔ پوروبہ پرشٹے نا۔ جو پہلے ہی برہما
نے بنائی ہیں۔ دیہ ییتا شیچے دع سمستا شیچہ اور ساری دیا
ہرتیاں پہلے ہی سے وسترت ہیں۔ برہم اکھرم اوم اِتے۔ اس
کرکے اکھشر برہم اوم ہے۔ دیبتّا نام سمستا نام۔ ان سب
دیا ہرتیوں کا دیوتم تو پرجاپتی۔ دیوتا پرجاپتی ہے۔ دیبتا نام
آیم اگنشچہ اور ان دیا ہرتیوں کا اگنی۔ وایو سوریشچہ دیوتا۔
وایو اور سوریہ دیوتا ہے۔ چھندشچہ دیا ہرتی نام۔ اور دیا ہرتیون
کا چھند اس پرکار ہے۔ وشوامتر رشہ۔ دشوامتر رشی ہے۔
چھند اگائیتری۔ گائیتری چھند ہے اسکا۔ سوِتا تتھا۔ اور سویریہ
دیوتا ہے۔ دیوتو۔ دیوتا۔ اُوپہ نیوجیی۔ گائیتری سمہ کار ادرجاپ
گائیتر ایوگ اُدچیتے۔ یہ تینوں گائیتری یوگ کہلاتے ہیں۔ یعنے دیوتا
گائیتری اور جاپ اُن تینوں کا ایکی بھاو ہونا گائیتری یوگ
کہلاتا ہے۔ آدا ہیامے گائیترم۔ میں گائیتری کو آواہن کرتا ہوں۔
سروہ پاپہ پرناشنم۔ جو سب پاپوں کو ناش کرتی ہے۔ نہ
گائیترا پہرم جپنیم۔ گائیتری جاپ کے برابر کوئی دوسرا اُتکرشٹ
جپ نہیں ہے۔ نہ دیا ہرتی سمہ ہوتم۔ نہ ہی دیا ہرتیوں کے
سمان کوئی اگنی ہوتر کا منتر ہے۔ اگنشچہ وردے دیوی۔ اسلئے
آئے ور دینوالی دیویہ سروپ دیوی آجا۔ جیی می سنہ دو بھوہ۔

جپ کال کے سمئے میرے سامنے پرگھٹ ہو جا۔ گاین تم ترا ایسی
یسمات۔ جس کرکے تم گانے والے ارتھات جپ کرنے والے کو چھٹکارا
دیتی ہو۔ ارتھات سمسار کے ترویدتاپ سے چھڑا کر مکھت کرتی ہو۔
گائیتری توم تتاہ سمرتاہ۔ اس کرکے تم کو گائیتری کہا جاتا ہے۔
اگنیر والیو شچہ سورشچہ۔ اگنی والیو اور سوریہ۔ برہسپتیاہ
آپا ای وچہ۔ برہسپتی جل۔ اندر شچہ۔ جل کے دیوتا اندر
وشوی دیوا شچہ۔ اور سب وشوی دیو۔ دیوتا سمرتا ہر تاہ
اسکے دیوتا کہے جاتے ہیں۔ ایوم آرشم۔ اس طرح اس کے جاپ میں
چھند ودیوم۔ چھند اور دیوتا۔ ونیہ گاچہ الو سمرتے کا ا
سندھال جاننا۔ یعنے گائیتری جپ کے سمے چھند دیوتا اور جاپ
کرنے کا وعدہ یعنے شرط یا نیچن دینا۔ کہ میں روزانہ ایک ایک
سہہر جاپ کرونگا۔ اس جاپ کو کرمہ شا بڑھا کر ایکی بھاد ہو کر
اوپاسنا کرنے کو ہی گائیتری لوگ کہتے ہیں۔

بھاد ارتھ:۔ پرلو کا رشی برہما اور چھند گائیتری دیوتا اگنی
دیا ہرتیون کے ساتھ اسکا سمبندھ یعنے میل ہے۔ یہ دیا ہرتیاں
پرجاپتی سے اوتپن ہوئی ہیں۔ جو پہلے ہی وسرت ہیں اور پہلے
ہی برہما نے بنائی ہیں۔ اکھر او ناشی برہم حرف ایک اوم ہے۔
اور ان سب دیا ہرتیون کا دیوتا پرجاپتی ہے۔ انکا ملاپ اگنی
والیو اور سوریہ کے ساتھ جڑا ہے۔ ایک اکھر نام والی دیا ہرتیں
کا اوکھا کھ چھند ہے اور دو اکھر والی دیا ہرتیوں کا چھند اتہ
اوکھا کھ ہے۔ (ان چھندوں کا تعلق ویاکرن کے ساتھ ہے) اوندکار

کا رشی وشوامتر چھند گائیتری اور دیوتا سوریہ ہے۔ اسلئے گائیتری جپ میں سوریہ دیوتا کا دھیان کیا جاتا ہے۔ اسکے جاپ میں ایکاگر چت سے سوریہ بھگوان کا دھیان کیا جاتا ہے۔ اسلئے جاپک جاپ اور سوریہ کا دھیان ایکاگر بھاؤ سے کئے جانے کو گائیتری یوگ کہا جاتا ہے۔ اسلئے پراتاہ سندھیا میں پورو مکھ بیٹھ کر اور سایم سندھیا میں پچھم موکھ بیٹھ کر سندھیا اور جپ کرنا چاہیئے اور پرنم آواہن کرکے گائیتری ماتا سے پرارتھنا کرنی چاہیئے۔ اسکے جپ کے برابر کوئی دوسرا جپ نہیں ہے اور دیا ہرتیوں کے برابر کوئی دوسرا ہوم یگیہ نہیں ہے۔ یہ سب پاپوں کو ناش کرتی ہے۔ اسی کرکے سوریہ، اگنی، وائیو، جل، اندر، برہسپتی، وشوی دیو سب اسی گائیتری کے وشیش الگ الگ روپ ہیں۔ ان سب کے ساتھ گائیتری کا گہرا سمبندھ ہے۔ جپ کے وقت پہلے وعدہ شرط یا وچن دینا چاہیئے۔ کہ میں ایک سہسر ادھک یا کم جاپ کرونگا۔ اور اس شرط کو پورا کرنا چاہیئے۔

اب گائیتری منتر پڑھ کر دائیں ہاتھ اپنے گرد پانی چھڑکنا چاہیئے

ओं भूः ओं भुवः ओं स्वः ओं महः ओं जनः ओं-
तपः ओं सत्यं ओं तत्सवितुर्वरेण्यं, भर्गो देवस्य धी-
महि, धियो यो नः प्रचोदयात् ओं आपो ज्योती-
रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः स्वरोम् ॥

ارتھ:- اوم یہ تین اکھشر اکار اُکار مکار ہیں - اکار سے وراٹ اگنی وشو مطلب ہے - وراٹ یعنے جگت کا پرکاشک - اگنی

گیان سروپ اور سروتر پراپت ہے۔ وشو جس میں سب جگت پرویش ہو رہا ہے۔ اس کا سوامی برہما۔ بھو۔ پرتھوی مراد ہے۔

وکار سے ہرنیہ گربھ وایو تیز ساہ۔ ہرنیہ گربھ۔ جسکے گربھ میں پرکاش کرنے والے سوریہ ادی لوک یا جو سوریہ آدی لوکوں کا اوتپتن کرنے والا ہے۔ اسی کر کے ایشور کو ہرنیہ گربھ کہتے ہیں۔ ہرنیہ سے امرت اور کیرتی بھی مراد ہے۔ وایو۔ جو اننت بل والا اور سب جگت کو دھارن کرنے والا یا سبوں کا پران ماتر یعنے تھاور جنگم کُل کائنات کا تیز ساہ۔ جو تیز وسے اور جگت کا پرکاشک ہے۔ اسکا سوامی وشنو بھگوان ہے۔ اسکو اننت رکھو اور بھواہ بھی کہتے ہیں۔ مکار سے ایشور راٹ آدیتہ، پرگنیا، ایشور یعنے سب جگت کا دھارن کرنے والا ادتیا دک سرو شکتیمان سوامی اور نیائے کاری آدیتہ جو ناش رہت ہے۔ پراگنیہ، جو گیان سروپ اور سروگنہ ہے۔ اس کا سوامی مہیشور۔ سواہ، دیو یعنے برہمانڈ تک محدود ہے۔ اکار سے آدھ وکار سے مدھ مکار سے اننت اور ستوگن رجوگن تموگن سرشٹی استھتی پرلے برہما وشنو مہیشور بھوت بھولیشت برتمان ادشچار روپ سے گلے میں آواز کا ابتدا جو پراوانی سے اوپتن ہو کر گلے کے مقام پر شبدھ روپ میں تبدیل ہوتا ہے اور آواز میں अ شبدھ اور उ اکشر سارے منہ سے اوتپن ہو کر اوچ شبدھ کرتا ہوا اور بعد میں म اکشر جو بولتا ہوا ہونٹوں کو ملا کر سماپت ہوتا ہے۔ اس لئے اوم شبدھ شروع ہو کر پھیلتا ہوا سمٹ کر ختم ہوتا ہے۔ اسی

کارن اکار سے ستھول جگت وکار ۔ سوکھشم جگت اور مکارے کارن جگت کی اوتپتی ہوئی ہے۔

بھو ۔ یعنے پران جو جگت کے جینے کا ہیتو تھا بھو لوک جس میں پرانی جیو اور پدارتھ رہتے ہیں ۔ انکو اتر لوکی یا پرتھوی اور جسم جاگرت سرشٹی ہست مطلق ایک ہی حالت میں رہنے والا تغیرے رہت یہ بھو کے ارتھ ہیں ۔

بھواہ ۔ یعنے اپان والیو جو مکتی کی ایچھا کرنے والوں اور دھرماتماؤں کو سب دکھوں سے الگ کر کے سرودا سکھ میں رکھتا ہے ۔ اسکا لوک ہیں پرانی پتر جنم کے لئے بھوگ رہتے ہیں ۔ یہ لوک سمیرو کی چوٹی سے سے کر دروحی تک ہے ۔ یہ مادھ بھاگ یعنے انترکھ سوپن اوستھا دل وسط اسقصتنی ہے ۔ یہ بھواہ کے ارتھ ہیں ۔

سواہ ۔ یعنے دیان والیو جو سب جگت میں ویاپک ہو کے سب کو نیم میں رکھتا ہے ۔ سب کے ٹھہرنے کا استھان تھا سوکھ سروپ یعنے شنیت اوشش ورشٹی ، تیج ابتادی جس میں اتپن ہوتے ہیں اور اچھی کرنے والوں کا وہ گھر ہے ۔ دھروجی سے اوپر پانچ پرکار کا سورگ ہے ۔ یہاں سے ہی آنا جانا ہوتا ہے اور منوشہ کو پران والیو یہاں سے ہی پرویش کرتا ہے ۔ یہی دیوتا لوک یعنے سوشفتی آتما ۔ اونچا ۔ لئے ۔ جذب کہلاتا ہے ۔ اسی کو چندر لوک بھی کہتے ہیں ۔ جہاں سے پران اوتپن ہو کر منوشہ جنم لیتا ہے ۔

مہا ۔ یہ لوک سب سے بڑا اور سب کا پوجیہ ہونے سے سب لوگوں کے بیچ میں ہے ۔

جنا۔ یہ لوک سب جگت کا ادیتا لوک لیعنے جب کلپ ناش ہوتا
ہے اور سب پرانی پدارتھ بھسم ہوتے ہیں۔ تو سرشٹی کے آدھ
میں اسی لوک میں اِنکی اوتپتی ہوتی ہے۔ یہ پانچواں لوک سورگ
میں کہے ہیں۔

تپاہ۔ یہ لوک دوشٹوں کو سنتاپ کاری اور گیان سروپوں
کے ٹھہرنے کی جگہ ہے۔ جس میں پہلے کے بیٹے برہماجی کے پوتر
سنک۔ سنندن۔ سناتن۔ سنت کمار ٹھہرتے ہیں۔

ستم۔ یہ لوک اوناشی اور ویاپک ہونے کے کارن سیتھ لوک
کہلاتا ہے۔ یا برہم لوک اسی کا نام پڑا۔ یہ لوک سب کے اوپر ہے
گیان اور شبھ کرم کرنے اور ستیہ بھاشن سے اور یوگ کرم دوارا
منوشیہ اس امر پدوی کو پراپت ہوتا ہے۔ آٹھ گونوں سے چھوٹ کر
مکھت ہو کر تت سروپ میں نرنتر واس کرتا ہے۔ اُسکے اوپر کوئی
جگہ یا لوک نہیں ہے۔ یہی انتہا ہے۔

گائیتری منتر کے ساتھ پہلی تین ویاہرتیاں پڑھی جاتی ہیں۔
یہ تینوں برگھ لیعنے شدھ ہیں اور پرلو سے اُنکا سمبندھ ہے اور
گائیتری کے ساتھ ملاپ ہے۔

گائیتری منتر ۲۴ اکھر کا ہے۔ جو تین ویدوں کا سار ہے۔ (لیعنے
تت سوِتور ورینیم) یہ آٹھ اکھشر رگ وید کے ہیں۔ یہ پہلا
پاد ہے۔ **تت۔** لیعنے وہ ست چت آنند اوم یا پربھو پرماتما
سوِتور لیعنے اوتپن کرنے والا پالن کرنے والا اور لیں کرنے
والا پرکاش سروپ سوریہ ہے۔ ورینیم۔ جو ورن کرنے یوگیہ

بھرگو دی وتہہ دی تھی۔ یہ آٹھ اکھشر اور سرو سریشٹ ہے۔ بھرگاہ۔ جہاں پرکاش پرم یجر وید کے ہیں۔ یہ دوسرا پاد ہے۔ برگاہ۔ جہان پرکاش یہ تیج انھوا چت شاکتی۔ دیوسہ۔ دیو کا جو انتریامنہ بھاؤ سے سب کے اندر براجمان ہے۔ دی مہی۔ بھکتی پورک دھیان میں لاکر اوپاسنا کریں۔ دھیو یونا پرچود یات۔ یہ آٹھ اکھشر سام وید کے ہیں۔ یہ تیسرا پاد ہے۔ دھیاہ۔ بدھیون کو۔ یو۔ جو۔ ناہ۔ ہمارے۔ یعنے بھکتہ پورک اوپاسنا اور دھیان کرنے والوں کی پرچود یات۔ اپنی طرف پریرنا کرے یا ٹل کرے۔ سرزہ آتمہ بھاؤ سے ہماری بدھیون کو سنسار کی طرف سے ہٹا کر سچدانند سروپ میں لین کرے۔

بھاؤ ارتھ۔ وہ پرماتما سو پرکاش پرم روپ جس پرکاش کا کچھ امش سوریہ بھگوان میں ہے۔ سو وہ تا دیو جو پرتھوی انتہ رکھش اور دیو میں سروتر ویاپت سب سے سریشٹھ اور سب جگت کا پران ہے۔ جو سارے جگت کا اوتپادک پالن اور ناش کرنے والا جہان پرکاش چیت شکتی دیو کا جو انتریامہ بھاؤ سے سب کے اندر براجمان ہے۔ بھکتی پورک دھیان میں لاکر اوپاسنا کریں۔ (کس غرض کے لئے) اس واسطے کہ ہماری بدھیون کو برے کرموں سے ہٹا کر اپنی طرف مائل کرے سو پرکاش سروپ میں لین کرے۔ یعنے یہ پرتھم اوپاسنا کی طرف اشارہ ہے۔ کہ وہ سنسار ہی ہمارا آدھار ہے۔ جہاں سے ہماری اتپتی ہے کہ جیو آتما پر گھوٹ سوا۔ اور گایتری منتر دوارہ کرم اور اوپاسنا کے ذریعہ ناش کر کے پرم پد کے انوسار تت سروپ

کو جان کر بھگتہ یوگ دوارا گیان پراپت کر کے ست چت آنند میں لین ہو گئے۔ اور آواگون کے مہا گھور کشٹ سے موکھت ہو کر پرم دھام کو پدھارے۔ لیعنے قطرہ سمندر کے اتھاہ جل میں مل کر سمندر بن گیا۔

دوسرے پرکار سے یہ ارتھ ہے کہ تت وہ تیج سروپ جس کا دیوتا اگنی ہے۔ سوہ تو۔ لیعنے سُوریہ دیوتا۔ وری نیم۔ لیعنے اُن کا سوامی پرجاپتی۔ بھرگاہ۔ لیعنے جل یا اندر دیوتا کر کے۔ دیوسیہ دھیمہی۔ ایشور سیہ دینے والا سب دیوتاؤں کا دیوتا اتھوا وشنو بھگوان دی تھی۔ اُس پرم پدارتھ کو۔ دھیو ناہ۔ جیسے پرتھوی کا نام لیوٹی ہے۔ جس سے سب قسم کی اُتپتی ہوتی ہے۔ پرچودیات۔ لیعنے خواہشات اُن لوگوں کی لیعنے ترلوکی جس میں سورج، جل، پرتھوی سے ان سب پدارتھوں کو اُتپن کیا۔ اگنی کر کے سب پدارتھوں کو پکانے کا کارن وہی پرمیشور اور وہی جٹھر اگنیہ روپ سے بھگتا بن کر بھوگ کرنے والا وہی کرم اندریہ دوارا سب جگت کے کاموں کا کرنے والا وہی سب گیان اندریاں لیعنے شبد ادی پرش روپ اس گندھ بن کر اشٹریوں کو بھوگنے والا غرض اسے ہی پرماتما کی مانسک پوجا کر کے اور گیان پراپت کر کے تت روپ لیعنی موکھ پدوی پراپت ہوتی ہے۔ یہی کچھ پرارتھنا مہا گائیتری سے نتہ کرم دوارا بدھیمان اور گیانی کو کرنی اوچت کہی گئی ہے۔ اسلئے یہ سب باتیں ارتھ گیان کر اصلیت سمجھ کر بغیر ارتھ اور نندا کے بُرے کرموں اور کو مِلتا کو تیاگ کر سچا اور اصلی راستہ اختیار کریں۔

اومکار سے گائیتری وید برہما اور اوتپتی کیسے بنی

ایک ہم بھوسیا ماہ - جب بشنو بھگوان نے ایک سے بہت روپ بننے کی کلپنا کی، تب اُسی نے اپنی انگلیوں سے کھیر ساگر کو متھا - تو متھنے سے پھین پیدا ہوا - پھین سے بُدبُدا بنا - بُدبُدے سے انڈ بنا - انڈ سے آتما بنا - آتما سے آکاش بنا - آکاش میں وایو اُوتپن ہوا - وایو سے اگنی، اگنی سے اومکار بنا - اومکار سے ویاہرتیاں بنی، ویاہرتیوں سے گائیتری، گائیتری سے ساوتری، ساوتری سے سرسوتی، سرسوتی سے چاروں وید بنائے - ویدوں سے برہما جی اُوتپن ہوئے - برہما نے سارے جگت اتھوا لوکوں کو بنایا - اس کارن سے لوگوں میں چار وید انگ اُپنشد اتہاس وغیرہ سب گائیتری کے پرورتی میں آتے ہیں - اسلئے یہ جو سب کہے گئے مُکھ ہیں - گائیتری سے ہی ہماری بُدھی کا گیان اُوپجا - اس کر کے سارا سمسار ستھاور جنگم اومکار اور گائیتری میں ویاپت ہے - اس سے بن جگت میں کوئی شے نہیں ہے - اس لئے سندھیا سب کی اُوپاسنا شاکتی دیوی ہے - اور جو سے انتہ منتر پڑھ کر گائیتری کو آواہن کرنا -

ओजोऽसि सहोऽसि बलमऽसि भ्राजोऽसि देवानांधा-
म नामासि। विश्वमसि विश्वायुः सर्वमऽसि सर्वा-
युरऽभिभूः ॥

اوجو ہے۔ ہی مہا گائینزی اندریوں کی شکھتی بل یا پراکرم
رُوپ آپ ہی ہو۔ سہو ہے۔ من کی شکھتہ رُوپ واسامرتھ
آپ ہی ہو۔ بلم اسے۔ دیہ کا بل آپ ہی ہو۔ پراجہ ہے۔ یہ پرکاش
رُوپ آپ ہی کہو۔ دیوانام دھام ناما ہے۔ دیوتاؤں ہا جیوں
سب پرانیوں اربھات دیوتا منوشیہ پشو پکھی آدھ کا گھر اتھوا
بھوگ اور پتین کا دھام آپ ہی ہو۔ وشوم اسے۔ سب جگت
روپ آپ ہی ہو۔ وشو آیو سب جگت کا آیو بھی آپ ہی ہو۔
سروم اسے۔ سب کچھ آپ ہی ہو۔ سرو آیو سب کا آیو آپ ہو۔
ابھ بھو۔ یعنے چاروں طرف آپ ہی پھیلی ہوئی ہو۔

اب اس نیچے لکھے ہوئے منتر سے پرانایام اسطرح کرے۔
بائیں نتھنے سے سانس اوپر کو چڑھاتے ہوئے منتر کو ایک بار اتھوا
دو بار اتھوا تین بار پڑیں اور دونوں نتھنوں کو بند کر کے منتر
کو دو بار اتھوا چار بار یا چھ بار من سے ہی منتر پڑھیں اور
اب دائیں طرف کے نتھنے سے بالکل آہستہ آہستہ تین بار یا چھ
بار اتھوا ۹ بار سانس کو چھوڑتے ہوئے ریچک کر لے پڑھنے چاہئیں۔
لیکن سانس کو اس قدر آہستہ چھوڑ دیویں۔ کہ سانس چھوڑنے
کا شبدھ بالکل نہ ہو۔ اس پرانایام کی تین قسمیں ہیں۔ ۱-۲-۳
کو ادھم پرانایام ۲-۴-۶ کو مدھیم پرانایام ۳-۶-۹ کو اوتم
پرانایام کہتے ہیں۔ اوپر سانس چڑھاتے وقت رکت ورن برہما
کا دھیان نابھ اور پران روکتے سمے شیام ورن وشنو کا
دھیان ہردے پر اور دائیں نتھنے سے چھوڑتے وقت شیت

ورن شیو کا دھیان للاٹ پر کرنا چاہیئے۔ یہ منتر سات ویاہرتیوں سہت گائیتری منتر ہے۔ جسکا ارتھ پیچھے سمع ویاہرتیاں کے لکھا گیا ہے۔ یہاں صرف منتر ہی ہے۔ پراناyam منتر۔

ओं भूः ओं भुवः ओं स्वः ओं महः ओं जनः ओं तपः
ओं सत्यं ओं तत्सवितुर्वरेण्यं, भर्गो देवस्य धीमहि,
धियो यो नः प्रचोदयात् ओं आपो ज्योतीरसोऽमृतं
ब्रह्म भूर्भुवः स्वरोम् ॥

اب سایم اور پراتاہ کی تین تین آچمن کرے۔ جنکا پدارتھ اور بھاؤ ارتھ ایک ہی جیسا ہے۔ صرف اگنی جیوتی اور سوریہ جیوتی کا اُچارن الگ الگ کرنا چاہیئے۔

ओं अग्निश्च मा मन्युश्च, मन्युपतयश्च मन्युकृतेभ्यः
पापेभ्यो रक्षन्ताम्। यदऽह्ना पापमकार्षं, मनसा
वाचा हस्ताभ्यां, पद्भ्यामुदरेण शिश्ना। अह-
स्तदऽवलुम्पतु, यत्किंचिद्दुरितं मयीदमऽहमाऽ-
पोऽमृतयोनौ सत्ये ज्योतिषि जुहोमि स्वाहा ॥

اوم اگنشچہ - پرنو کا دیوتا اگنی - ما - مجھے - منیو - مانسک یگنیہ - شچہ - اور - منیو پتیاہ - یگین کے سوامی اندر - چیبر - اور منیو کرتیبیہ بیاہ - وہ اشٹانگ یگین جو ویدی پورک نہ کیا گیا ہو واکرودھ سے کیا گیا ہو - پاپہ بھیو - اس پاپ سے - رکھنتام - رکھیا کریں - یت - جو - آہنا - دن میں - پاپم - پاپوں کو اکارشم - میں نے کیا - منسا - من سے - واچا - وانی سے - ہستابہام ہاتھوں سے - پدبیام - پیروں سے - اودھرینہ - پیٹ سے - شنوشنا لنگ سے - اہا - دن کا سوامی سوپرکاش روپ - تت - وہ - اولمپتو ناش کرے - یت - جو - کنچت - کچھ - دورتیم - برائی یا پاپ - منی - مجھ میں ہو - یدم - یہ سب پاپ - اہم - میں - مام - میری لنگ شریر کی - امرت یونو - امرتونی - ستی - سچی وادا ہت - جیوترشی الشہر رکی سوپرکاش جیوتی میں واہر دے کی اگنی میں - جہومے - ہوم کرتا ہوں ارتھات سب پاپ بھسم کرتا ہوں - سواہا - سو آہوتی پوری ہو -

پراتا کی تین آچمن کا یہی ارتھ جاننا وہ سوریہ کی جیوتی میں ہون کیا جاتا ہے -

بھاوارتھ - کوئی بھی یگنیہ اوبدی پورک یا کرودھ سے ہیں نے کیا ہے - اتھوا دن میں یا راتری میں من سے وانی سے ہاتھوں پیروں سے پیٹ سے لنگ سے جو پاپ کئے ہیں ان پاپوں کو دن کا سوامی اگنی دیوتا جو ہمارے ہردے میں استھت ہے اور سوریہ دیوتا جو سب جگت کا سوامی پالن ہار ہے - انکی سوپرکاش جیوتی میں ہون

کرتا ہوں۔ یعنے بھسم کرتا ہوں یہ میری آہوتی پوری ہو۔ یہی میری
پرارتھنا ہے۔

مدھیان کی ٣ آچمن۔ آپا پونتو انہ شلوک۔

ॐ आपः पुनन्तु पृथिवीं, पृथिवी पूता पुनातु मा-
म्। पुनातु ब्रह्मणस्पति ब्रह्म पूतं पुनातु माम्।
यदुच्छिष्टमऽभोज्यं वा, यद्वा दुश्चरितं मम। सर्वं
पुनन्तु मामाऽपोऽसतां च प्रतिग्रहं जुहोमि स्वाहा॥

آپاہ۔ جل۔ پونن تو۔ شُدھ کرے۔ پرتھوی۔ پرتھوی کو
پرتھوی پوتا۔ پرتھوی پوتر ہو کے۔ پوناتو۔ شُدھ کرے۔ مام
مجھ کو۔ پونن تو۔ پوتر کرے۔ برہمنپس پتیئے۔ وید جاننے والے کو
اتھوا جیو آتما کو۔ برہم پوتم۔ شُدھ برہم اتھوا وید۔ پوناتو مام
مجھے شُدھ کرے۔ یت۔ جو۔ اوچھشٹم۔ جو کھا۔ ابوجیم۔ نہ کھانے یوگیہ
وا۔ یا۔ یادوا۔ جو کچھ۔ دوشچرتم۔ کسی کی بُرائی میں نے آچرن ہو
مم۔ مجھ میں۔ سردم۔ سب۔ پونن تو۔ شُدھ کرے۔ مام۔ مجھے
آپاہ۔ ہی جل۔ استام۔ جو بُرے جن ہیں اُن سے۔ چہ۔ اور۔
پرتی گرہم۔ جو کچھ گرہن کیا ہو میں نے۔ جُہومی۔ سُوپرکاش
جیوتی میں ہون کرتا ہوں۔ سواہا۔ سو آہوتی پوری ہو۔
بھاوارتھ۔ جل پرتھوی کو شُدھ کرے اور پرتھوی شُدھ
ہو کر مجھ کو شُدھ کرے۔ وید جاننے والے کو اتھوا جیو آتما کو شُدھ
برہم پوتر کرے۔ جو کچھ جھوٹا اور نہ کھانے یوگیہ آہار کیا ہو۔ یا کسی

کی بُرائی من میں آچرن کی ہو۔ وہ سب پاپ یا جو کچھ ہم نے بُرا گرہن کیا ہے۔ شُدھ ہوئے۔ ان سب پاپوں کو میں جل کی آہوتی سے شُد پرکاش جیوتی میں بھسم کرتا ہوں۔ سو یہ میری آہوتی پوری ہو۔

اب مارجن کرے یعنے سر ہردے اور پاؤں کو منتر پڑھ کر پانی چھڑکے

आपो हिष्ठा मयोभुवस्ता न ऊर्जे दधातन । महेरणाय चक्षसे ॥ यो वः शिवतमो रसस्तस्य भाजयतेह नः । उशतीरिव मातरः ॥ तस्मा अरंगमाम वो यस्य क्षयाय जिन्वथ । आपो जनयथा च नः ॥

آپو ہے شٹھاہ میوبھوہ (چھاتی کی) ہی جل نشچے کر کے مجھے سکھ دینے والا بن جاؤ۔
تانہ ارجی دواتن تاہ (پاؤں کو) وہ ہمکو ان ایتادک پدارتھ دیجے جن میں بل ہو۔
مہی رناے چکھشی (سر کو) پرماتما چیتن سروپ کے درشن دیکھنے رہیں یہ آنکھیں۔
یو داشیوتمارسا (چھاتی کو) جو ہمارا برہم گیان دینے والا سورگ آدی دینے والا ہے۔
تسیہ باجیہ اتے ہاناہ (سر کو) اسکا بھاگی کرو نشچے کر کے ہم کو لینے شیو اوتم رس ہم کو دیدو۔

ادیشہ تیرلیوہ ماتراہ (سرکو) چاہنے والی واکو بل سوبھاؤ والی
جیسے ماتا پالن کرتی ہے۔
تسما ارنگ گمام وو (سسرکی) اُسکی ترپتی کو ہمیں پہنچا دے۔
ارتھات ہم کو ترپت کرے۔ لیہ کھیا یہ جنہ وِتھ) چھاتی کو۔
آپو جینہ یتھاہ چہ نہ (پاؤں کو) ہی جل پر ہم سکھ بھوگ ہم
کو کراؤ۔ ارتھ۔ جس کے لِواس کیلئے ہی جل تم ہم کو ترپت کرو۔
اب صرف مستک کو پانی چھڑکے۔

हिरण्यवर्णाः शुचयः पावका, यासु जातः कश्यपो
यास्विन्द्रः। या अग्निं गर्भं दधिरे विरूपास्तान आ-
पः शंस्योना भवन्तु॥

ہرنیہ ورنا۔ سورن ورن۔ شوچیہ یاہ۔ جو پوتر ہے۔ پاؤکا۔
شدھ کرنے والا ہے۔ یاسو۔ جس سے۔ جاتاہ۔ اوتپن ہوئے
کشیوپا۔ کشپ رشی۔ سہ اندرا۔ اندر دیوتا (یہ سب جل کے وشیشو
ہیں۔ یاہ۔ جو۔ اگنم۔ اگنی ارتھات بڑوانل اگنی جو سمندر میں ہے۔
گربھم۔ جو گربھ پیٹ میں لئے ہے۔ ودِدھای۔ جو بناتا ہے۔ وِرو
پیاہ۔ نانا پرکار کے روپ۔ تاہ۔ وہ ہی جل۔ نہ۔ ہمکو۔ آپاہ۔ پرما
جل۔ شَم سیو۔ سکھ دینے والا۔ ناہ۔ ہماد بھونتو۔ ہووے دو۔

ओं यासां देवा दिवि कृण्वंति भक्षं, या अन्तरिक्षे
बहुधा भवन्ति। या अग्निं गर्भं दधिरे विरूपास्तान
आपः शंस्योना भवन्तु॥

یاسام - جس کو - دیوآدیئہ - دیوتا آدی سب پرکار کے جیو - دیگر نلنہ بھکشیم - خاص کرکے پان کرتے ہیں - یاگنم گربھم - دیدرائی دیریپاتانہ آپاہ شم سیو ناہ بھونتو -

ओं यासां राजा वरुणो याति मध्ये, सत्याऽनृते अव-
पश्यञ्जनानाम् । या अग्निं गर्भं दधिरे विरूपा-

یاسام - جکا - راجاہ - راجاہے - ورنہ - ورن دیوتا - یاتے - جاتاہے - مدی - انتہ کرن میں - ستیا - دھرم - انرتی - ادھرم - اوپشن - دیکھتے ہوئے - جنانام - لوگوں کے لیئے جو اندر جاکر لوگوں کے دھرم ادھرم کو دیکھتا ہے - یا اگنم گربھم -

ओं शिवेन मा चक्षुषा पश्यताऽऽपः शिवया त-
न्वोप स्पृशत त्वचं मे । मधुश्चुतः शुचयो याः
पावकास्ता न आपः शंस्योना भवन्तु ॥

شیوی نہ - پرمارتھ گیان دینے کی - ما - مجھے - چکھوشا - آنکھیں - پشیہ تاہ - دیکھنے کے لئے دو - آپا - ہی جل - شیو یاہ - پرمارتھ سکھ دینے والا - تن وو - انگ - اپسپرشتہاہ - چھوا دو - توچم می - میری توچا سے - مدھو شچیتہ - مدھور اس بہانے والا - شوچیہ یو یا - شدھ کرنے جو - تا - وہ - نہ - ہمکو - آپاہ - جل - شم سیوناہ - کلیان کرنے والا یا سکھ دینے والا - بھونتو - ہو دے -

ओं शन्नो देवीरऽभिष्टय आपो भवन्तु पीतये,
शंयोरऽभिस्रवन्तु नः ॥

شم نو۔ سکھ دینے والا ہم کو ہو دے۔ دیوی۔ وہ جل جو
دان آدی گنوں سے یکھت ہے۔ اور دیوئہ سروپ آنند دینے
والا ہے۔ ابھشٹئے۔ ابھیشٹ پھل دینے والا ہو۔ آپاہ۔ وہ جل
بھونتو۔ ہو دے۔ پیتئے۔ پیتے ہی۔ شم یور۔ کلیان کو۔ ابھہ
ہر طرف۔ شرونتو۔ پراپت کرے۔ ناہ۔ ہم کو۔

ओं शन्न आपो धन्वन्याः, शन्नः सन्त्वऽनूप्याः। शन्नः
समुद्रिया आपः शम्नुनः सन्तु कूप्याः ॥

شم نو۔ سکھ دینے والا ہم کو۔ آپاہ۔ وہ جل جو۔ دھنونیا۔ بنایا جل
کے ریت سے گذرتا ہے۔ شم ناسن تو۔ کلیان کرنے والا ہو ہم کو۔
انو پیا۔ وہ جل جو انوپ دیش سے گذرتا ہے۔ شم ناہ۔ سکھ دینے
والا ہم کو ہو۔ سمندریا۔ سمندر کا ناہ ہم کو۔ آپاہ۔ جل۔ شم ناہ
کلیان کرنے والا ہم کو۔ سنتو۔ ہو دے۔ کوپیا۔ کنوؤں کا جل۔

आपो अस्मान्मातरः शुन्धयन्तु घृतेन मा
घृतप्वः पुनन्तु । विश्वं हि रिप्रं प्रवहन्तु देवी-
रुदिदाभ्यः शुचिरा पूत एमि ॥

آپہ۔ جل۔ اسمان۔ ہماری۔ ماترا۔ وہ ماتا ہے۔ شندھین
دور کرے پاپ۔ گھرتینہ۔ سار روپ سے۔ ما۔ مجھے۔ گھرتپا

دیریہ روپ اور تیج روپ سے۔ پونن تو۔ شدھ کرے۔ وشوم
جگت کو۔ ہے۔ نشچیہ کرکے۔ ریپرم۔ پاپ۔ پمودہ ہنتو۔ دور
کرتا ہے۔ دیویر۔ پرکاشمان۔ اودو۔ اُرم سنتان۔ یت۔ سورگ
ہیں۔ آبیاہ۔ جیون سے۔ شوچیر۔ شدھ۔ آپوت۔ پرتر کرکے
یمی۔ ہم کو پہنچانے۔

इदमापः प्रवहत यत्किञ्चिद्दुरितं मयि । यद्वा-
हमभिदुद्रोह यद्वा शेप उतानृतम् ॥

یدم آپاہ۔ یہ جل۔ پرووہت۔ دور کرے۔ یت کنچت۔ جو
کچھ بھی۔ دوریتم۔ بُرائی پاپ۔ مئی۔ مجھ میں ہو۔ یدوا۔ یا جو کچھ۔
اہم۔ ہم نے۔ ابھ دُدروہا۔ سب پرکار سے بُرائی کی۔ یدوا۔ یا
جو کچھ۔ شیپ۔ کسی کی نندا کی ہو۔ اوتا۔ اور۔ انرتم۔ بُرائی جو نہ
کرنے یوگیہ تھی۔

मुञ्चन्तु मा शपथ्यादथो वारुण्यादुत । यथो
यमस्य पड्वीशात्सर्वस्माद्देव किल्बिषात् ॥

مونچنتو۔ چھڑا دیوے۔ ما۔ مجھے۔ شپتھیات۔ اُس پاپ سے
جو ماتا کے گربھ میں کیا ہے۔ اتھو۔ پھر۔ واروݨیات۔ یونی تنتر کی
پھانسی سے (ارتھات شریر کے باندھن سے) اُوتہ۔ اور۔ یمسیہ۔
یم کی۔ پڈوی شات۔ پھانسی سے۔ سرو سمات۔ سب ہی۔ ایوہ۔
ان کلبشات پاپوں سے جو کئے ہیں۔

यच्चापद्यत्सुप्तः पापमात्मे जगाम । सर्वस्मान्मा
तस्मादेनसः प्रमुञ्चन्तु ॥

ین۔ جو۔ جاگرت۔ جاگتے ہیں۔ ین۔ جو۔ سُفتہ۔ سوتے ہیں
پاپم۔ پاپوں کو۔ ایہ جکامہ۔ میں نے کیا۔ سرو سمات۔ ان سبوں
سے۔ ما۔ مجھے۔ تسمات۔ اُن کیے ہوئے۔ اینہ سا۔ ان پاپوں سے
پرمنچنتو۔ چھڑا دے۔

दधि क्राव्णो अकारिषं जिष्णोरश्वस्य वाजिनः।
सुरभि नो मुरवाकरत्प्राण आयूंषि तारिषत् ॥

ددھیکراب نو۔ جو بچانے والی اگنی ہے۔ اکارشم۔ اُسکا سُوکھاؤں سے۔
زلشنور۔ وجے کرنے کا۔ اشوہیہ واجنا۔ آپ پتی ہوا اسکی۔
سُورنجم۔ بہت گندھ یکھت۔ ناہ۔ ہمارے۔ موکھان۔ موکھوں کا
کارت۔ کرو۔ پراہ۔ خاص کر۔ ناہ۔ ہم کو۔ آیوشہ۔ تاریشت۔
آیور بل دیوے۔

دونوں انجلیوں سے پانی اٹھا کر ناک سے سونگھ کر بائیں طرف
چھوڑے ۳ بار۔

ओं द्रुपदा दिवो न्मुमुचानः, स्विन्नः स्नात्वी मलादि-
व। पूतं पवित्रेणेवाऽज्यमाऽऽपः शुन्धन्तु मैनसः ॥

درپداد یہ۔ کاٹھ کے بندھن سے۔ ایوہ۔ جیسے۔ مُمچانہ۔
چھڑا جیسے۔ سوِنہ۔ سینا۔ پسینے سے بھیگا ہوا۔ سناتوی۔ اشنان
کرنے سے۔ ملات ایوہ۔ جیسے میل سے شُدھ ہوتا ہے۔ پوتم۔
پوتر ہوتا ہے۔ پوتر بینہ۔ کُشا کے پوتر سے۔ ایوہ۔ جیسے۔ آجیم

گھی - آپام - یہ جل بھی - شند ھنتو - پوتر کرے مجھے - اینہ ساہ - ان سب پاپوں سے -

منتر کو پڑھ کر دونوں ہاتھوں سے پانی میں ۳ بار آورتن کرے -

ओं ऋतं च सत्यं चाभीद्धात्तपसोऽध्यजायत। ततो रात्रि-रजायत, ततः समुद्रो अर्णवः। समुद्रादर्णवादधि, संवत्सरो अजायत। अहोरात्राणि विदधद्विश्वस्य मि-षतो वशी॥ सूर्याचन्द्रमसौ धाता, यथा पूर्वमकल्प-यत्। दिवं च पृथिवीं, चान्तरिक्षमथो स्वः॥

ریتم چہ - یہ ایکاکھر ارتھات اوم دا اس کا یتھارت سنکلپ ہے اور - ستیم - اننت گیان دارت بھاشن - چہ - اور - ابیداٹ - بھید بھاؤ رہت - تپسہ - اننت سامرتھ - ادیئہ - اس سے - اَجایت - اُتپن ہوئے - تتو - تب الیشور سے - راتری - رات اجاینت - اُتپن ہوئی - تتاہ - پھر الیشور سے - سمدرد - سمندر اتھا اسمبار روپی سمندر - ارنوا - چراچر اینک سرشٹی اپور و جنموں کے شبھ اشبھ کرموں کے انوسار ہی) سمدرات - پورو کت سمندر سے - ارنوات - اور سرشٹی کے ادی - انتر (پیچھے) سموت سرو - برس وا کال جو ویگ سے چلا جاتا ہے اور سرپل میں آلو ہرتا ہے - اجایت - اُتپن ہوا - اہا - دن کو - راتر یا تیہ - راتوں کو - ویدوت - اُتپن کیا - وشوسہ - سمسار کی - مشتو - چشٹا کے لئے - وشی - جتندریئہ - سوریا چندرمو - سوریہ

اور چندرما۔ اسو۔ یہ۔ داتا۔ پرمیشور نے۔ یتھا۔ جیسا۔
پوروم۔ پہلے کلپ میں تھے۔ اکلپین۔ سنکلپ ماتر میں بنائے۔
دیویم۔ سورگ لوک۔ چہ۔ اور۔ پرتھویم۔ پاتال لوک۔
چہ۔ اور۔ انترکشیم۔ انترکش کو۔ اتھو۔ تب۔ سواہ۔ سور
لوک کو بھی اوتپن کیا۔

بھاو ارتھ۔ رتم یعنی ایکا کھر ادم سے انت گیان اوتپن ہوا
اسی سے ست کھاشن ابیدھ بھاؤ اور انت سارتھ پیدا ہوا۔ تب
اسی ایشور سے راتری اوتپن ہوئی۔ اور سمسار روپی سمندر اور
اسی میں انیک چراچر سرشٹی پورز جنیوں کے سنگھ اشتھر کرپوں کے اوسار
ہی اوتپن ہوئی۔ پوروکت سمسار روپی سمندر سے سموت سر
یعنی برس کال وغیرہ جو بہت ویگ سے چلا جاتا ہے اندر پل
میں آیو ہرتا ہے اوتپن ہوا۔ پھر دن اور رات کو اوتپن کیا۔ اسلئے
کہ سمسار کی چیشٹا ہو کر کاروبار چلے اور پھر روشنی سوریہ اور
چندرما کو سنکلپ ماتر میں اوتپن کیا۔ جیسے پرمیشور نے پہلے کلپ
میں بنائے تھے اور اسی پرمیشور نے پرتھوی لوک انترکش اور
سورگ یعنی جو سوہ سواہ اوتپن ہوئے۔

ओं जनः ओं तपः
ओं भूः ओं भुवः ओं स्वः ओं महः
ओं सत्यम् ॥

اب اسکے پر سات بار جل چھینٹے کی دیا برتیوں سے کرے۔
اوم بھو اوم بھواہ اوم سواہ اوم مہا اوم جناہ اوم تپا اوم ستیم
اب پرانایام منتر سے پرانایام کرے یعنی پورک کمبھک اور ریچک

کر کے اور پھر نیچے کے منتر سے ۳ آچمن کرے۔

ओं अन्तश्चरसि भूतेषु, गुहायां विश्वतो मुखः। त्वं यज्ञ-
स्त्वं वषट् कार, आपो ज्योती रसोऽमृतं ब्रह्म भूर्भुवः स्वरोम्॥

انتہ۔ انتہ کرن میں ہی جل۔ چرسی۔ چلتے ہو۔ بھوتی شو۔ پرانی
پدارتھوں میں۔ گوہایام۔ ہردے کے اندر گپھا میں۔ وشتو مکھا سمار
کے اندر ہر طرف مکھ کر کے۔ توم۔ تم ہی۔ یگیناہ۔ یگیہ روپ ہو۔ توم۔
تم ہی۔ اوشٹکارا۔ سادھک روپ یعنے یگین کے پورے کرنے والے ہو۔
آپاہ۔ ہی جل۔ جیوتی۔ تم جیوتی روپ جیتی ہو۔ رس۔ رس دیپ ہو۔
امرتم۔ امرت ارتھات نتہ آنند دینے والے ہو۔ برہم۔ برہم روپ ہو۔
بھور بھوا سوَر۔ بھوا بھواہ سوا میں اتھکی تتو ہونے سے یا
اس میں ویاپک ہونے سے برہم روپ ہو۔ اوم۔ اونکار۔

بھاؤ ارتھ۔ ہی جل تم پرانی پدارتھوں کے انتہ کرن میں یعنے ہردے
گپھاؤں میں ہر ایک طرف مکھ کر کے چلتے ہو۔ اسلئے تم سادھک روپ
سے یگین کے پورے کرنے والے ہو اور تم ہی جیوتی روپ رس اوپ امرت
روپ اور آنند دینے والے برہم روپ ہو۔ اور اتھک تتو میں ویاپک
ہو کے آنند روپ برہم ہی ہو۔

اب پرانایام کر کے گایتری منتر سے ۳ بار دونوں انجلیوں سے
سوریہ دیوتا کی طرف جل انجلی دیوے اور پھر وپریت گایتری پڑھکر اپنے
گرد پانی کا چکر لگا دے۔ وپریت گایتری نیچے لکھا ہے یعنی گایتری منتر
الٹا کر پڑھنا۔

ت یا دچو پرناہ یو یو دی ہے مہ دی اسے و دی
گھو بھر نئم نری و تور و سے تت ۔

त या द चो प्र नः यो यो धी हि म दी स्य व दे
र्गो भ ण्यं रे व तु वि स तत

اب سوریہ بھگوان کی طرف اوپستھان کرکے پڑھیں۔

ओं उदयन्तमसस्परि, ज्योतिष्पश्यन्त उत्तरम्। देवं देव-
त्रा सूर्यमऽगन्म ज्योतिरुत्तमम्॥ ओं उदुत्यं जातवेद-
सं, देवं वहन्ति केतवः। दृशे विश्वाय सूर्यम्॥ ओं चित्रं दे-
वानामुदगादनीकं, चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याऽग्नेः। आ-
प्रा द्यावापृथिवी अन्तरिक्षं सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुष-
श्च॥ ओं तच्चक्षुर्देवहितं, पुरस्ताच्छुक्रमुच्चरत्।
पश्येम शरदः शतं, जीवेम शरदः शतम्॥

اُدم اوَیَم ـ یہ اوپر اوپر سُرگ کی کریا سے ملتا ہے۔ اسلئے
تمسس پری ـ لیجے اندھکار سے پرے لیجے اوپر ـ جیوتش
نام پنج کو ـ پشینتہ ـ دیکھتے ہوئے ـ اُتّرم ـ جو اُتم جوت ہے ـ دیوم
اور یہ کاشمان ہے ـ دیوترا ـ دیوتاؤں وا سب جیوؤں کو پالنے والی ـ
سوریم ـ سوریہ منڈل میں ورتمان ہے جو ـ آگنم ـ اوپر جانے میں
جیوتی ـ وہ جیوتی ـ اُتّم ـ سریشٹھ ہے ـ ہم ایشور سے پرارتھنا
کرتے ہیں کہ جو اگیان کا اندھکار ہے ـ اسکے اوپر جو سروتم پرم
کھن جیوتی ہے ـ اُسے ہمیں دیکھنے کو پہنچا دے ـ اس پرکاش کی

اوپما سم بھو نہیں ہے۔

اونتہ۔ یہ اوپر اوپہ سرگ ونتہ کریا میں ملکر ارتھ بنتا ہے اور
وِد۔ اوتھکرشٹ ہے۔ تیم ۔اس۔ جات ویادیم۔ سب کا جاننے
والا۔ گیان دینے والا۔ دیوم۔ دان آدہہ گن یکت (جو سوریہ ہے)
وہنتہ۔ اوسکو اودے کرتی ہیں۔ کیتوا۔ کرنیں۔ درشی۔ دیکھنے کو۔
وشوائے۔ تینوں جگت کے لئے یعنے جاگرت سوپن سوشپت۔ سوریم۔
سوریہ کے پرکاش کو وہ سوریہ سب جگت کا جاننے والا گیان سروپ سروہ
ویاپک جسکا تیج تینوں جگت کے پرکاش کے لئے پھیلا ہے۔

چترن۔ یہ تیری مورتی ادبھوت سوریہ۔ دیوانام۔ دیوادکون
کا (چکشو ہے) اودگات۔ اودے ہوا۔ انیکم۔ کرنوں کے سموہ سے تیج
سہت پھیلا۔ چکشو۔ نیتر دیوانام کے سہت ارتھ کیا گیا ہے۔ متر سیہ۔
جو متر ارتھات راگ دویش رہت سب لوگوں کا پرکاشک۔ ورونسیہ۔
اور سب اوتم کرنوں میں جو ورتمان جل یعنے ورن دیوتا تتھا پانچوں پرانوں کا
آدھار۔ اگنی۔ اور اگنی یعنے پرکاشک۔ آپرا۔ پرپورن چھا گیا ہے۔ دیاوا۔
آکاش میں۔ پرتھوی۔ پرتھوی پر۔ انترکشم۔ انترکش میں سوریہ۔
وہ سوریہ۔ آتما۔ چیتن آتما۔ جگتاہ۔ جنگم کا۔ تسس تھوشا۔ ستھاور کا۔
بھاؤ ارتھ۔ ارتھات وہ سوریہ سب سنسار میں ویاپت ہے۔ یہ
درشٹ مان سوریہ جب اودے ہوتا ہے۔ تب اودے ہونے پر برہما روپ
اور مدھان میں مہیشور روپ اور است ہونے پر وشنو سروپ ہوتا ہے۔
تت۔ وہ پورن دکھت۔ چکشو۔ سوریہ روپ چکشو۔ دیو ہتم۔
دیوتاؤں کی اچھا پوری کرنے والا۔ پورستات۔ پورب دشا سے۔

شوکرم ۔ شُدھ اور نرمل ۔ اُوشچریت ۔ اندرے ہوتا ہے (اُس کی
کرپا سے ۔ پنشیمہ ۔ ہم دیکھیں ۔ شرده شتم ۔ سو برس پرینت ۔
جیویم ۔ جیویں ۔ شرده شتم ۔ سو برس پرینت ۔ شرنویام ۔ سُنیں
پربرواتم ۔ اس برہم کا اوپدیش کریں ۔ آدھی نہ ہیام ۔ کسی کے
آدھین نہ رہیں ۔ بہوشچہ ۔ اُسی پرمیشور کی آگیا پالن کریں ۔ شرده
شتات ۔ سو برس پرینت ۔

ओं हंसः शुचिषद् वसुरन्तरिक्षसद्धोता वेदिषदतिथि-
र्दुरोणसत् । नृषद्वरसदृतसद्व्योमसदब्जा गोजा
ऋतजा अद्रिजा ऋतम् ॥

ہمسا ۔ ہمسا نارائن (یا سوہم ہمسا شُدھ جس کا دن رات اجپا جپ ہوتا
رہتا ہے ۔ یا ودشرمان سوریہ ۔ شوچیرسدت ۔ تیج روپ نتیہ آنند سُکھ
میں ٹھیرا رہتا ہے ۔ وسو ۔ ورن دوارا وِدشرمان سُکھ سروپ ۔ انتہ رکھ
سدت ۔ انتہ رکھ میں دالو روپ ہے واانتریاسیہ روپ سے ویاپت ہے ۔
ہوتا ۔ جگاتا ہے جو کام کاج کے واسطے راتری کے سونے والوں کو ۔
وریدی شدت ۔ اگنہ روپ سے جو ہون کی بیدی تھا جو گیان میں پراپت
ہے ۔ اتیتھر ۔ جو مسافر سمان سوریہ بھاؤ سے نتیہ رہتا ہے ۔ دُرون سدت ۔
جیو آتما نواس گرہ شریر میں رہتا ہے ۔ نرسدت ۔ جو جانداروں کے پران
میں رہتا ہے ۔ ورسدت ۔ آکاش میں دیو روپ اور مہت آدی لوگوں
میں رہتا ہے ۔ رت سدت ۔ یگنہ میں دیوتا بھاؤ سے جو رہتا ہے ۔
ویومسدت ۔ بیتر باہر بدھی اور کال روپ سے جو رہتا ہے ۔ اب جا ۔
پانی سے اُدتپن ہوتا ہے ۔ گوجا ۔ سدگتی جو رہتا ہے ۔ اندر کو دیہ

سوریہ روپ سے جو رہتا ہے اور اوشدھی روپ سے جو اتپن ہوتا ہے۔
رت جا۔ منو گیان میں جو رہتا ہے۔ اوُرجا۔ بنا دیا چل پربت سے
جو کماتا ہے۔ اتم۔ ست پرم برہم واسیہ ریہ۔ برہت۔ جگت روپ
ایشور جو بڑا مہان ہے۔ (سو ہم اس کو پراپت ہوں۔ یدی مول میں یہ
کہیں نہیں لکھا ہے۔ پرنتو یہی سمجھنا چاہئے۔
وشنو کا دھیان کر کے ایکاگر من سے پورشہ سکھت کو پڑھیں۔

ओं विभ्राड् बृहत्पिबतु, सोम्यं मध्वायुर्दधद्यज्ञप-
ता अविहुतम् । वातजूतो यो, अभिरक्षत्यात्मना,
प्रजा पिपर्ति बहुधा विराजति ॥

اس شلوک کا ارتھ صاف پڑھا نہیں گیا۔ اسلئے نہیں لکھا ہے۔

ओं सहस्रशीर्षा पुरुषः सहस्राक्षः सहस्रपात् ।
स भूमिं विश्वतो वृत्वाऽऽत्यतिष्ठद्दशांगुलम् ॥ १॥

سہسر شیرشاہ۔ ہزاروں سروالا یعنے جس کے گرہ میں اننت سر ہیں۔
پورشاہ۔ پرماتما یعنے شریر نامی پوری میں شین کرنے والا۔ سہسراکھش۔
سہسر آنکھوں والا یعنے سب گیان اندریان۔ سہسرپات۔ ہزاروں پاؤں
یا سب کرم اندریان۔ سہ۔ وہ سرو بیاپک پرمیشور سب جگہ پیدا اور
نیچ ماتر۔ بھومیم۔ پرتھوی پر یعنے تریلوکی میں۔ وشنو۔ ہر ایک طرف
ورتتا۔ پھیل کر ویاپت ہو کر۔ اتیہ۔ زیادہ تر۔ تشٹھت۔ ٹھہرتا
ہے۔ دشانگلم۔ بڑھ دئے ہیں۔

بھاؤ ارتھ۔ نہ پرماتما جکے گربھ میں انیک سر آنکھیں اور پاؤں کرکے اننت روپ انتریامہ بھاؤ سے سب شریروں میں استھت سارے کرموں کا کرنے والا بھگتا اور سب جگہ بیاپا اور پنچ ماتر بھوت بھوتک برہمانڈ لوک سروپ میں استھت دشانگل یعنے تین ترپیٹوں کے اوپر جس میں برہما بدھی کا روپ اہنکار شیو کا روپ اور چیتن وشنو کا روپ ان سب کا آدھار ہوکر نرآدھار آنند سروپ اور اننت ہوکر دشانگل استھت واسدیو نام سے مشہور ہے۔ ترماترا اور دہ ماترا کا ہی نام پرم دھام ہے۔ کرم پھل بھوگ کرانے کو اپنی چیتن نراکار امش کو جیو آتما میں پرویش کرکے جگت سروپ اوستھا پراپت کرتا ہے۔ اسطرح گیان پراپت کرکے جیو آتما ہی پرم آتما ہے دوسرا کوئی نہیں۔

पुरुष एवेदं सर्वं, यद्भूतं यच्च भव्यम् । उताऽमृतत्वस्येशा-
नो, यदऽन्नेनाऽतिरोहति ॥ २ ॥

پورش ایوہ ایدم سرؤم۔ یہ پورشوتم پورش ہی سب کچھ ہے۔ بیت بھوتم۔ جو کچھ گذرا۔ بیت چہ بھویم۔ جو ورتمان ہے۔ اور۔ امرتہ تتوہ۔ امرت تتو کا یعنے موکھ پدوی کا۔ ایشانا۔ سوامی ہے۔ بیت۔ جو موکھیہ۔ انی نہ۔ ان ایتیادی سے۔ اتنے روہتی۔ اُدتپن ہوتی ہے۔

بھاؤ ارتھ۔ وہی پرماتما پورش سب کچھ یعنے بھوت برتمان اور امرت تتو ہے۔ اور وہی ان سروپ پران سروپ یعنے ان تیادی سے پرانوں کا آدھار روپ بن کر من بدھی اور گیان کی پراپتی سے موکھ پدوی کا چاہنے والا یعنے اپنے اصلی سروپ کو پراپت کرنے کی ایچھا کرتا ہے۔

एतावानऽस्य महिमाऽतो ज्यायांश्च पूरुषः। पादोऽस्य
विश्वा भूतानि त्रिपादऽस्याऽमृतं दिवि ॥ ३ ॥

انیاوان ۔ اتنی بڑی ۔ اسیہ ۔ اسکی ۔ مہیما ۔ بڑھائی ہے ۔ توجیا
یامشچہ ۔ اور سریشٹھ ۔ پورُوشا ۔ پورش سے ۔ پادو سے ۔ اس کے
چتورتھ امش سے ۔ وشو ۔ یہ چراچر جگت ۔ بھوتانی ۔ اور یہ سب
پرانی بنے ہیں ۔ ترپاد ۔ تین حصّے ۔ اسیہ ۔ اسکے ۔ امرتم دیویہ ۔ امرت
اور آکاش میں ہیں ۔ دیویہ ۔ یعنے سب سے اُتکرشٹ امر پدوی ۔
بھاؤ ارتھ ۔ ایسے پورش کی اتنی بڑی مہما ہے کہ سب دیش کال میں سمسار
کا موکھ کرتا ہے ۔ اس کارن سے اُسکو توجیایان یعنے شریشٹھ کہا جاتا ہے ۔
سو اُس پورش کے چتورتھ امش سے یہ سارا چراچر تھاور جنگم نامی سمسار
رچا ہے اور تین پاد اسکے سُورگ اور آکاش میں ہیں ۔ ترپاد کا دوسرا ارتھ
امرت یعنے وناش رہت دیویہ کا دوسرا ارتھ سویرکاش روپ ہے ۔

त्रिपादूर्ध्व उदैत्पुरुषः, पादोऽस्येहाऽभवत्पुनः। ततो
विश्वं व्यक्रामत्साशनाऽनशने अभि ॥ ४ ॥

ترپاد اردھ ۔ تین پاد کے اوپر ۔ اودیت ۔ اُتکرشٹات اُتھت
ہے ۔ پورُوشا ۔ سویرکاش روپ میں وہ پورش ۔ پادو سیہ ۔ چتورتھ
امش سے ۔ ایہا ۔ یہ چراچر جگت ۔ بھو اوتپناہ ۔ بار بار اوتپن ہوتا
ہے ۔ (اولنگن کرتا ہے) تتو ۔ تب پھر ۔ وشوم ۔ جگت کو ۔ دیاکر امرت ۔
دھارن کرکے ۔ ساشنان ۔ کھانے والے ارتھات جنگم ۔ ان اشنی ۔
نہ کھانے والے ارتھات ستھاور پدارتھوں کو ۔ ابھے ۔ اوتپن کیا یعنے



ذیلو، منوشیہ، کیڑے، دانتوں والے اور بغیر دانتوں کے جگت کو رچا۔
بھاوارتھ۔ تین پاد کے اوپر وہ پورش سو پرکاشی روپ سے استھت ہے۔ اور چوتھے پاد سے یہ سب چراچر جگت اور سرشٹی جس میں دانتوں والے اور بغیر دانتوں کے جیو اور دیگر جڑ پدارتھ یعنے درخت پتھر پہاڑ اور من بدھی وغیرہ سب اُتپن ہوئے۔ یعنے ایک کروڑ اور پرلے کے اپار پھر یہ چوتھا پاد جگت روپ دھارن کرتا ہے اور بارم بار سرشٹی اُتپن ہوتی ہے۔

तस्माद्विराडजायत विराजो अधि पूरुषः । स जातो अत्यरिच्यत पश्चाद्भूमिमथो पुरः ॥ ५ ॥

تسمات۔ اُس سے۔ ویراٹ۔ یعنے جگت پرکاش کرنے والا ویراٹ سروپ۔ اجایت۔ اُتپن ہوئے۔ ویراجو۔ اس سے ویراجان آدھ پورش۔ آدیہ پورش ہوا۔ سہ جاتو۔ وہ اُتپن ہوا۔ اتیریچیت۔ انیک اچھاؤں کے انوسار انیک روپ کرکے۔ پیچات۔ پیچھے۔ بھومیم۔ پرتھوی۔ اتھو پورا۔ اسکے اوپر اُتپن ہوئی وشو یعنے سب جگت ویراٹ دیوتی پدی پرکار کی جس میں وشو اُتپن کرنے کی سامرتھ ہے ویراٹ کہلاتا ہے۔ وہی اوتپادک پورش سرشٹی روپ اور جیو روپ بنا۔

سرشٹی کے آدھار کا نقشہ

بھو	ویاکر	وشاد	مرتیولوک	رس	۰	اتل	وشوامتر	○	نیاء	بھومی	۱
بھوراہ	گوبرہی	دیہیت	پترلوک	ماس	۹	وتیل	ماریزاج	✡	میمامسا	آپا	۲
سواہ	وردن	پنیم	دیولوک	رکت	۸	سوتل	اترسیر	◌	ویشیشک	انلو	۳
مہا	ادبیتہ	مدھم	گندھرب لوک	میدا	۷	تلاتل	کرشپ	۵	پاتنجل	وایو	۴
جنا	ورت	گندھار	ناتیہ لوک	استھ	۶	رساتل	لیوچی	⬡	سانکھ	کھم	۵
تپا	رعوزر	رشب	اندرلوک	مترا	۵	مہاتل	زمداگنی	۵	ویدانت	من	۶
ستم	واسدیر	سور	برہم لوک	شکر	۴	پاتال	وشنٹ	▭	گیان	بودھ	۷
آکاش ۷	۷ دیو	۷ سور	۷ لوک	۷ دھاتو	۷ پورش	۷ پاتال	۷ رشی	۷ کون	۷ شاستر	۷ پرمت	۷ پورن

ایکو ہم بھوبیا ماہ یعنی ایک سے انیک روپ میں پرگھٹ اور سرشٹی اوتپن ہوئی - یعنی ۷ آکاش ، ۷ دیو ، ۷ سور ، ۷ لوک ، ۷ دھاتو ، ۷ پورش ، ۷ پاتال ۷ رس ، ۷ کون ، ۷ شاستر ، ۷ پرمت ، ۷ پورن - اس کا دوسرا مطلب ۷ پران ، ۷ شدھ ، ۷ دیبھو ، ۷ نیتہ ، ۷ ستھان ، ۷ ورش ، ۷ الیش ، ۷ شاشوت ، ۷ کون ، ۷ کیٹھ ، ۷ سناتن ، ۷ پوران یہ سب بارہ بارہ آتے ہیں ۔ اس ۱۲×۷ = ۸۴ اور نیچے دیا بھوتوں کے پانچ بفر ملانے سے

.....۸۴ لاکھ جیون کل جگت کی پیدائش۔ جس میں ۲۱ لاکھ انڈج ۲۱ لاکھ پنڈج ۲۱ لاکھ سویج ۲۱ لاکھ اد بھج پیدا ہوئے اور اسی سے ۲ مہاواکیہ۔ یعنے پرگیانم آنندم برہم ؛ اہم برہم اسمے ؛ تت توم اسے ؛ ایم آتما برہم ؛ یہ مہاواکیہ چاروں ویدوں کا سار ہیں۔ یہ بدھی بل سے یہاں پر وستار آگیا مول میں یہاں کہیں نہیں ہے۔ آگے ایسے ہی سمجھنا۔

यत्पुरुषेण हविषा देवा यज्ञमतन्वत। वसन्तो
अस्यासीदाज्यं, ग्रीष्म इध्मः शरद्धविः ॥६॥

یت۔ جو۔ پُرُوشے نہ۔ اس پورش کو۔ ہوی شا۔ یگیہ کی سامگری کے واسطے۔ دیوا۔ دیوتاؤں نے۔ یگیم اتن وت۔ یگیہ کرنے کے واسطے وسنتو۔ وسنت رتو۔ اسیہ۔ جیکا۔ آسیت۔ ہے۔ آجم۔ گھی۔ گریشم۔ گریشم رتو۔ ایدھمہ۔ لکڑی۔ شرددھ۔ شرد رتو جیکا ہے۔ ہوم دروبیہ۔

بھاؤ ارتھ۔ جس کال میں پورو کہت پورش ہوا تو اس آگے سے سرشٹی آگے چلے۔ پھر اس کو دیوتاؤں نے یگیہ کی سامگری کی کلپنا کی۔ بسنت کو گھی، گریشم کو لکڑی اور شرد کو ہوم دروبیہ۔ اس سمے کی کوئی وستو نہیں تھی۔ جس سے یگیہ سامگری پوری ہوتی۔ اس لئے پورش خود ہی یگیہ اور یگیہ کی سامگری اور آپ ہی پھل بھوگتا بن گیا ارتھات مانسک یگیہ گیا۔ اور یہ پھل ملا کر سرشٹی آگے چل پڑی یعنی برہما جی اسکے نابھ کمل سے اُتپن ہوئے اور اسی نے سب پرکار سرشٹی رچی۔

तं यज्ञं बर्हिषि प्रौक्षन्पुरुषं जातमऽग्रतः । तेन देवा अयजन्त, साध्या ऋषयश्च ये ॥ ७ ॥

تم یگیم ۔ اس یگینہ کا ۔ برہشیہ ۔ آپ ہی ٹھہر کر ۔ پروکشن ۔ ابھشیک یعنے آپ ہی یگینہ کا سامگری ٹھہر کر ۔ پورشم ۔ وہ ایسا پورش ۔ جاتم اگرتا ۔ سرشٹی کے پہلے ہی اُوتپن ہوا ۔ تی نہ ۔ اسکا ۔ دیوا ۔ دیوتاؤں نے ۔ ایجنت ۔ یگن اور پوجن کیا ۔ سادھیا ۔ سادھیوں نے جو سرشٹی سادھنا کے یوگیہ ۔ رشئی یشچہ اُنی ۔ رشی تھے ۔

بھاؤارتھ ۔ وہ یگینہ سادھن بھوت پورش آپ یگینہ سامگری کا پدارتھ ٹھہرا ۔ آدمی کو مانند یگینہ میں ابھیشیک کیا وہ سرشٹی روپ پہلے ہی سے اُوتپن ہوا تھا ۔ سو دیوتاؤں نے اسہ کا یگینہ پوجن کیا ۔ سادھیوں اور اُس منتر کے جاننے والوں نے اُسکی اُپاسنا کی ۔

तस्माद्यज्ञात्सर्वहुतः, संभृतं पृषदाऽऽज्यम् । पशूंस्तांश्चक्रे वायव्यानाऽऽरण्या न्ग्राम्याश्च ये ॥ ८ ॥

تسمات ۔ تس کارن ۔ یگیات ۔ وہ یگن ۔ سروہوتا ۔ سب کا ہو یان ہے ۔ سم بھرتم پرشد ۔ اور پوجا کے یوگیہ ۔ آجیم ۔ گھی ہوا ۔ پشی منتا نشچہ ۔ اور وہ دیوتا دوارا پشو اُتپادک ۔ چکرای ۔ چکر وغیرہ یعنے کلاکاری ۔ وائیہ ویاں ۔ یعنے اُڑنے والے جانور ۔ ارنیاں ۔ جنگلی کے جانور ۔ گرامیاں شیچہ ۔ گاؤں کے پشو پیدا ہوئے ۔

بھاؤارتھ ۔ وہ یگینہ سب کا ہو یان ہے ۔ پوجن کے یوگیہ گھی بنا اُس پورش نے وہ دیوتا سے پشوؤں اور جانوروں کا پالن

پرشن کیا۔ سو اس پورش کا رکت ہی ورن ہوا۔ یعنے اس سے رکت
تیار ہوا۔ انیک پرکار کی سرشٹی رچی۔

तस्माद्यज्ञात्सर्वहुत ऋचः सामानि जज्ञिरे । छन्दांसि
जज्ञिरे तस्माद्यजुस्तस्मादजायत ॥ ९॥

तस्मादश्वा अजायन्त, ये के चोभयादतः । गावो
ह जज्ञिरे तस्मात्तस्माज्जाता अजावयः ॥ १०॥

تسمات یگیات۔ اس یگیہ سے۔ سروہت۔ جو سب کا ہویان ہے۔ رچا۔
رگ وید۔ سامانی۔ سام وید وغیرہ۔ جگیرے۔ اوتپن ہوئے۔ چھنداں سی۔
سب گائیتری آدیہ چھند۔ جگینری۔ اوتپن ہوئے۔ تسمات۔ اس سے
یجو۔ یجر وید۔ تسمات۔ اس سے ہی۔ اجایت۔
اوتپن ہوا۔ تسمات۔ اسی سے۔ اشوا۔ گھوڑے۔ اجاینت۔ اوتپن
ہوئے۔ آئی کی چیہ ادبھیات آنا۔ ایک طرف کے دانت والے اور
دونوں طرف کے دانتوں والے اس سے پیدا ہوئے۔ گاوو۔ گائیاں
ہا لشچے کرکے۔ جگینری تسمات۔ اسی سے اوتپن ہوئیں۔ تسمات جاتا
اسی سے پیدا ہوئے۔ اجا۔ بکریاں۔ اوویا۔ بھیڑیں۔

بھاوارتھ:۔ اسی پرماتما سے ویراٹ اور اسی سے چاروں وید
اور گائتری آدیہ سات چھند اوتپن ہوئے۔ اسی سے چرندے
درندے، گھوڑے، گائیاں، بھیڑ۔ بکریاں وغیرہ ہی اوتپن ہوئے۔
یہی یگیہ کے پھل کا آشے سمجھنا۔

यत्पुरुषं व्यदधुः, कतिधा व्यकल्पयन्। मुखं कि-
मस्य कौ बाहू, का ऊरू पादा उच्येते ॥ ११ ॥

یت - جب - پُرُوشم - اُس پورش کا - ویدَدہو - گیان کانڈ سے پردکھن ہوا - کتِدھا - کتنے پرکار - ویکلپیہ ین - کلپنا ہوئی - مُکھم کیم اسیہ - اس کے مکھ سے کیا بنا - کو باہو - بازوؤں سے کیا بنا - کا اُرو - جانگو سے کیا بنا - پادا - پاؤں سے کیا رچا - اُوچیتے - کہتے بنا -

بھاوارتھ - جب اُس پورش کا گیان کانڈ سے پردکھن ہوا تو کتنے پرکار اُسکی کلپنا ہوئی اُسکے مکھ سے کیا بنا باہوں سے کیا رچا جانگوں اور پاؤں سے کیا کیا رچا - اُس پورش کے انگوں کی وستار سے اوتپتی کا ورنن کیسے ہے -

ब्राह्मणोऽस्य मुखमासीद् बाहू राजन्यः कृतः। ऊरू
तदस्य यद्वैश्यः, पद्भ्यां शूद्रो अजायत ॥१२॥

براہمنو - براہمن برہم کو جاننے والا جو ہو وہ براہمن - اسیہ - اُس پورش کا - مُوکھم - مکھ - آسیت - ہے - باہو - بھاوون سے راجنیاہ کھتری - کرتا - اوتپن کئے - اُرو - پنڈلیوں سے - تدا اسیہ تب اسکے - یدوئے شا - ویش بنا - پدبھیام - پاؤوں سے - شودرہ داجایت - شودر اوتپن ہوا -

بھاوارتھ - برہمن کھتری ویش اور شودر اوس کے چار انگ

ہیں۔ ان چار ورنوں سے سنسار کا کاروبار چلتا ہے۔ اگر یہ چار
ورن نہ ہوں۔ تو کاروبار میں رکاوٹ پیدا ہو گی۔ تات پریہ
یہ ہے۔ کہ منوشیہ ماتر کا مُوکھ اُوتم کرموں کے کرنے کرانے کے
کارن برہما ارتھات برہمن مانا جاتا ہے اور بازوؤں سے جو کام
کیا جاتا ہے۔ اس کر کے منوشیہ ہی کھشتری ہے۔ ٹانگوں سے چلتے
پھرتے اور پشو پالن کرنے سے یہی ویش بھی ہیں۔ اور جو برہمن آدی
کے تحت خدمت نوکری وغیرہ کرم کرم اندریوں دوارا کیا جاتا ہے
تب اسکو شودر نام پڑھا۔

یہ سب کرتویہ کرم منوشیہ ہی کرنے کا ادھیکار رکھتا ہے۔ دوسرا
کوئی نہیں۔

चन्द्रमा मनसो जातश्चक्षोः सूर्यो अजायत। मुखा
दिन्द्रश्चाग्निश्च, प्राणाद्वायुरजायत ॥ १२ ॥

چندرما - چاند۔ منسو جاتا۔ من سے اوتپن ہوا۔ چکھشو سوریو۔
آنکھوں سے سوریہ۔ اجایت۔ اوتپن ہوا۔ مکھات اندر شچہ
اگنیشچہ۔ مکھ سے اندر اور اگنی۔ پراناتـ۔ پرانوں سے۔ وایو۔
وایو۔ اجایت۔ اوتپن ہوا۔

بھاو ارتھ۔ اس پُرش کا من چندرما اتھوا شیتل سوبھاؤ اور
آنکھیں سُوریہ یعنے تیج کا انش مکھ اندر اور اگنی کے سماں سب کچھ
آہار کرنے والا بھسم کرنے والا اور سارا آدھار پران ہی سارے جگت
کا جیون کارن ہے۔

नाभ्या आसीदऽन्तरिक्षं, शीर्ष्णो द्यौः समवर्तत।
पद्भ्यां भूमिर्दिशः श्रोत्रात् तथा लोकानऽकल्पयन्॥१४॥

نابیاہ - ناجھ - آسیت - ہے - انتہ رکھم - انتہ رکھہ - شیر شنو
سرسے - دیئو - سورگ - سم ورتت - اُتپن ہوا - پدبیام - پیروں
سے - بھومی - پرتھوی - دشا شونزا - کانوں سے دشائیں - تتھا لوکان
ویسی ہی لوکوں کو - اکلپیہ ین - اُتپن کیا -

بھاوارتھ - انتہ رکھ اس پورش کی ناجھ ہے سر اسکا سورگ
پیر اُسکی بھومی اور دشائیں اسکے کان ہیں - اور ویسے ہی لوکوں کو
اُتپن کیا -

सप्तास्याऽऽसन्परिधयस्त्रिः सप्त समिधः कृताः।
देवा यद्यज्ञं तन्वाना, अबध्नन्पुरुषं पशुम्॥१५॥
यज्ञेन यज्ञमऽयजन्त देवा, स्तानि धर्माणि प्रथ-
मान्याऽऽसन्। ते ह नाकं महिमानः सचन्त,
यत्र पूर्वे साध्याः सन्ति देवाः॥१६॥

سفتسیہ آسن - سات ہوکر - پری دھیاہ - بیدی کے لپیٹنے کی
رسّی - ترسفتہ - اکیس - سمادھا - لکڑیاں جن سے آگنی جلے - کرتاہ
بنائیں - دیوا - دیوتاؤں نے - یت یگیم - جس یگن سے - تن واناہ -
شریرول کو - ابدنن - باندھا - پورش - پشم - منوشوں کے - پشم -
اور پشووں کے - یگنی سنہ - بالنک یگین دوارا - یگیم - یگنہ کو - یجنت
کرتے ہوئے - دیوا - برہادی دیوتا - تانہ - وہ لینے اوس پوجن کے -

دھرمانتہ - نہرا - پرتھمانتہ - پہلے ہی سے - آسن - چلے آئے تھے۔
تی - اُن - ہا - پراچین - ناکم - سادھک اپاسک - جہیمانا -
مہاتماؤں دیوتاؤں نے - سہ چیتنت - چیتن کر کے - یتر لپرتری -
پہلے ہی کئے ہوئے ویراٹ سروپ ہیں - سادھیا - اپاسک - سن تی -
بستے تھے - دیوا - دیوتا بھی - یعنے اپاسنا کرتے تھے۔

اگنی کنڈ اور جلانے کی لکڑیاں اسطرح ویدیہ کہی گئی ہیں - سات گائیتری آدی چھند جن سے بیدی لپٹی گئی ہے اور ۱۲ سمدھیں یعنے پانچ رتو ۱۲ ماس تین کال اور ایک سوریہ ادتین کر کے یہ سارا جگت رچا ہے - برہما آدی دیوتاؤں نے اسکا یگنہ کی بیدی کا میں مانسی یگنہ سے آدی پورش کا پوجن کیا - جس پوجن کے دھرم پہلے ہی سے چلے آئے تھے - یعنے اپاسک لوگ ویراٹ کو آپ ہی اپنی اپاسنا سے سوچ کر اسی میں نواس کرتے ہیں۔

منتر شریر میں بھی پنچایت یعنے ۲۵ تتوں کا ورنن یوں ہے - ۷ ستھول، ۷ سوکھشم اور سات کارن شریر ایکیس[۲۱] اور ستوگن رجوگن - تموگن یہ تین اور ایک پورش کل پچیس[۲۵] ہوتے ہیں -

۲۵

تتو

			پورش				
	۳	ستوگن	رجوگن	تموگن	گن		
۷ کارن	انوبھو	چیتن	اچھا	کامنا	تیج	شانتی	استھتی	۷ اہنکار
۷ سوکھم	گیان	چت	شبدھ	پرس	روپ	رس	گندھ	۷ ہر یندر گرھ
۷ ستھول	بدی	من	آکاش	پون	اگنی	جل	پرتھوی	۷ پرجایت

شریر پنڈ کی بیدی جو سات دھاتوں کی بنی ہوئی ہے - یعنے رس، رکت، ماس، چربی، ہڈی، مجا (حرام مغز) اور ویریہ یہ سات دھاتو ہیں - اسی سے یہ شریر نامی بھاؤ کھڑا ہے اور ۲۱ لکڑیا یہ ہیں - کر پانچ گیان اندرے، پانچ کرم اندرے اور پانچ تتو پانچ پران اور جیو آتما یہ کل ۲۱ لکڑیاں ہیں - اس کا مرکب یہ منوشہ الھوا شریر بنا ہے -

شواس اشواس پر چار یگوں کا آیو اور منوشہ شریر میں جگون کا سو بھاؤ منوشہ دن رات میں ۲۱۶۰۰ شواس اور ۲۱۶۰۰ اشواس یعنے کل ۴۳۲۰۰ لیتا ہے - پرتھوی بھولوک جل بھواہ لوک اور اگنی سوا لوک ان تینوں کے ملاوٹ سے جب پنڈ شریر میں اگنی پردیش کرتا ہے - تب پرانوں اور آتما کے پردیش ہونے پر اسی سوا لوک سے ماتا کے گربھ دوارا جنم پاتا ہے - اسلئے شواس اوشاس میں ایک سفر سوا لوک کا بڑھا کر ۴۳۲۰۰۰ سال کلجگ کا آیو مقرر ہوا ہے - اس لئے اس جگ میں کیول من اور تموگن کے پردھان ہونے کے کارن چنچلتا اور موہ کی زیادتی کیونکہ اس اوستھا میں من پر بدھی کا کنٹرول نہیں ہوتا ہے - اسی خود لپندی پاپ کرم ماں، باپ بزرگوں کا اپمان دیوتاؤں سے انکار ابکھ بھوجن کی خواہش جھوٹ جعل سازی کپٹ دغا فریب سادھوں، مہاتماؤں کی تنِدا بے شرمی - بدکلامی رشوت چوری زناہ بیچار وغیرہ برے کرم کرکے

فضول خرچی سے دریدر بھاؤ کو پراپت ہو کر مبتلائے مرض ہوتے ہوئے شریر کشٹ بھوگتے ہوئے کم عمر میں ہی راہی ملک عدم ہو کر آواگون کے نرک میں پھنس کر بارم بار پاپ یونیوں میں جنم پاتے ہیں۔

دواپر یگ کا آیو کلجگ سے دوگنا ۸۶۴۰۰۰ سال ہے۔ اس اوستھا میں من اور بدھی یکساں ہوتی ہے۔ اسلئے رجوگن پردھان ہونے سے کچھ آستک بھاؤ ایشور بھگتی ماں باپ اور بزرگوں کا آدر ست کار راستی ہوم یگیہ سادھو سیوا گورو بھگتی اودھار چت بدھی ممتا کاروبار کی زیادتی اور پراوپکار۔

اس اوستھا میں سنگ دوش سے گراوٹ کا بہی خطرہ ہے۔ اگر وہ دنیاوی عیش و عشرت شراب کباب بدچلنی وغیرہ میں لگ گیا۔ تو بجائے سورگ بھوگ کے نرک گامی ہی بن جاتا ہے۔ اس میں دونوں حالتیں سمجھو ہیں سورگ یا نرک۔

تریتا جگ کا آیو کرتہ جگ سے تگنا یعنے ۱۲۹۶۰۰۰ سال قرار دیا ہے۔ اس اوستھا میں من بُدھ اور چت برابر ہوتے کے کارن منوشیہ ست گنوں سے یکت دھرماتما سادھو مہاتما ستو بھاؤ والا ست سنگ پرائن یوگی ست وادی سب دوشوں رہت نرروگ ویرگر آیو اور ترقی پاکر منزل مقصود سے مکھت پدوی کو پراپت ہوتا ہے۔

ست جگ کا آیو کرتہ یوگ سے چوگنا یعنے ۱۷۲۸۰۰۰ سال تک مقرر ہے۔ اس حالت میں من بدھ چت اہنکار سب یکساں ہونے کے کارن منوشیہ صرف ایشور بھگتی اور وید ادھیین اور یوگ پرائن ہو کر دکھ سمار سے دیوکھ ایشور بھاؤ کو پراپت ہوتے ہیں۔ یہ گتی بہت ہی ادھکر شٹ ہے۔ اسی حالت کو توریا بھی کہتے ہیں۔ ایسے منوشوں کا پتن کبھی نہیں ہوتا ہے۔ وہ ساکھیات برہم سے ہی لین ہو کر مکھت ہوتے ہیں۔

یہ نشچے ہے کہ ہر ایک جگ میں یہ چاروں حالتیں پائی جاتی ہیں۔ یعنی سنت مہاتما ست وادی پورشوں کی اوستھا ست جگ کے سمان اور سادھوں اور یوگ سادھن اور بھگت جنوں کی اوستھا تریتا جگ کے سمان اور دھناڈی دہرم دھان ہوم یگنہ پراوپکاری منوشوں کی اوستھا دواپر یوگ کے سمان تتھا دوشٹ دوراچار کپٹی ویبھچاری درجن مکار راشی کامی کرودھی لوبھی دریدر ہر لیش جھوٹے بولنے والے ابکھ بھکھ جنی ورن آشرم دہرم دان دیوتاؤں ماتا پتا اور بزرگوں سے دیوکھ الپ آیو ناستک نندک یہ سبھی حالتیں گن دھرم اور پروکرم کے انوسار کہی گئی ہیں۔ یہ کلجگ کی اوستھا سماں وید میں ورنن ہے۔

آہار کا نیم۔ منوشیہ دن رات ۲۱۶۰۰ شواس اوشاس لیتا ہے۔ ہر ایک شواس اشواس کے لئے ایک ایک دانہ چاول مقرر ہے۔

اس حساب سے یہ کل چاول ڈیڑھ پاؤ وزن کا ہوتا ہے۔ اسی کو پکا کر گھی آدی اچھی اچھی چیزوں سے یکھت کر کے آتھم یگینہ کرنا ہر ایک منوشہ کو اوچت ہے۔ اگر کوئی منوشہ اس آہار کو صرف مزہ اور وشے سوکھ کے واسطے کھائیگا۔ تو اسکو ۲۱۶۰۰ جیون کے گھات کرنے کا دوش نتہ چڑھتا ہے۔ اسلئے یہ سب دوش اور سب پاپ صرف سندھیا اوپاسنا سے ہی ناش ہوتے ہیں۔ اس کے بغیر کسی بھی کرم سے منوشہ کا چھٹکارا نہیں ہوسکتا ہے۔

اب شیو سنکلپ کو شیو کا دھیان کر کے پڑہیں۔

ओं यज्जाग्रतो दूरमुदैति दैवं, तदु सुप्तस्य तथैवैति। दूरंगमं ज्योतिषां ज्योतिरेकं, तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

یت۔ جو میرا من۔ جاگرتو۔ جاگرت اوستھا میں۔ دورم۔ دور دور تک جاتا ہے۔ اودیتہ اونیں ہوہو کر تا۔ طرہ۔ اس پرکار سپتسیہ سوپن میں بھی۔ تتھا ایوہ۔ ویسے ہی۔ ایتی۔ دور دور چلا جاتا ہے۔ دورم گمم۔ دور دور جانے والا یہ۔ جیوتی شام۔ پرکاشک جوتیوں میں سے۔ جو تیر ایکا۔ پرکاشک ایک میرا من۔ تن می منہ۔ وہی میرا من۔ شیوہ سنکلپم استو۔ دوسرے پرانیوں کے کلیان کا سنکلپ کرنے ہارا ہو وے۔

بھاوارتھ۔ یہ جو میرا من دن رات جگت میں دور دور جاتا

ہے - اسلئے چاہیئے کہ من ایکاگر کرکے شو کے چنتن میں لگادے -

येन कर्माण्यपसो मनीषिणो, यज्ञे कृण्वन्ति
विदथेषु धीराः। यदपूर्वं यक्षमन्तः प्रजानां
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

اپینہ - جس سے - کرمانئہ - کرم کرنے والے - اپہ سو یگیٔ - یگین
آدی کرنے والے یگین کو - کرنہ ونتہہ - کرتے ہیں - وِیدہ وتھہ - یدھ
کرنے ہیں - الیشہ دھیرا - جس سے دیڑ یوکھت ہو کر - یتھ - جو -
اُپُروم - اپروہ سامرتھ یوکھت - یکھم - پوجنی ہے - انترپرجا
نام - پرجا کے بیتر وہ میرا من دہرم کی اِچھا یوکھت ہو کر ادھرم کو
چھوڑ دیوے -

بھاؤ ارتھ - جس من سے یگین دان آدی کرم دھرماتما لوگ کرتے
ہیں اور جس من کے دیڑ سے یُودھا یدھ کرتے ہیں - وہ میرا من دھرم
کی اِچھا یوکھت ہو کر آتم پرایَن ہو وے -

यत्प्रज्ञानमुत चेतो धृतिश्च, यज्ज्योतिरन्तरमृतं
प्रजासु। यस्मान्न ऋते किञ्चन कर्म क्रियते, तन्मे
मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

یت پرگیانم - جو اتھکرشٹ گیان - اوت چیتو - چت اور -
دھرِتیش چہ - دیر یوکھت نشچے ورتی سے - یت جو تیر - جو پرکاش
مان ہے - انترامرتم پرجاسو - پرجاؤں کے بیتر امر ہے -

لیمات نہ ایر یتی۔ جسکے بغیر نہ کوئی۔ کنچن کرم۔ کام۔ کریتی۔
کیا جاتا ہے۔

بھاؤ ارتھ۔ گیان اور ورتی پرجاؤں کے انتر پرکاش یوکھت اور ناشس رہت ہے۔ جس کے بغیر کوئی کرم نہیں کیا جا سکتا ہے۔
وہ میرا من شو کے ارپن ہو۔

येनेदं भूतं भवनं भविष्यत्परिगृहीतमऽमृतेन सर्वम् । येन यज्ञस्तायते सप्तहोता, तन्मे मनः शिव०॥

اینہ۔ جس سے۔ ایدم۔ یوگی پُرش۔ بھُوتم، بھُونم، بھولیشیت۔ بھوت، بھوش، برتمان۔ پرہ گرہیت۔ گرہن کرتے ہیں۔ امرتنہ۔ ناش رہت۔ سروم۔ سب۔ اینہ۔ جس سے یوگی پورش۔ یگنس ترکال یگینہ۔ تاییرتی۔ کرتے ہیں۔ سفتہ ہُوتا۔ پانچ گیان اندریہ بُدھی اور آتما سے۔

بھاؤ ارتھ۔ ہی ایشور جس سے یوگی جن ماضی حال مستقبل ولیو ہاروں کو جانتے ہیں جو ناش رہت جو آتما کو پرماتما سے ملا کر سب پرکار ترکال یگینہ کرتے ہیں۔ جس میں گیان کریا ہے۔ جس کرم سے گیان اندرے بدھی اور آتما یوکھت رہتا ہے اور یوگ روپ اگنی کو بڑھاتے ہیں۔ وہ میرا من سرودایوگ یوکھت رہے۔

यस्मिन्नृचः साम यजूंषि यस्मिन्प्रतिष्ठिता रथना-
भाविवाऽराः । यस्मिंश्चित्तं सर्वमोतं प्रजानां,
तन्मे मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

یسمن رچا سام یجو مشہ۔ جس میں رگ یجر سام وید۔ یسمن
جس میرے من میں۔ پرتشٹھتاہ۔ پرتشٹھت رہ کر۔ رتھ نابھاہ
رتھ کے مدھ دورا میں۔ وبھارا۔ آرا لگے رہتے ہیں۔ یسمن۔
جس میں۔ چتم۔ چت۔ سروم اوتم۔ سرزہ ویاپک۔ پرجانام۔
پرجا کا ساکھی۔

بھاؤ ارتھ۔ ہی ایشور میرے من میں جیسے رتھ کے مدھ دُورا
میں آرا لگے رہتے ہیں۔ ویسے ہی تینوں وید بھی میرے میں بھی پرتشٹھت
ہوں۔ وہ میرا من اودیا سے رہت ودیا پراین رہے۔

सुषारथिरश्वानिव यन्मनुष्यान्नेनीयतेऽभीषुभि-
र्वाजिन इव। हृत्प्रतिष्ठं यदजिरं यविष्ठं, तन्मे
मनः शिवसंकल्पमस्तु ॥

سوشارتھیر اشوان یوہ۔ رتھی کے بغیر گھوڑوں کے سماں۔ ین۔
جو میرا من۔ منوشیاں۔ منوشوں کو۔ نی نی اینے۔ جو ادھر
اُدھر لے جاتا ہے۔ ابھی شور۔ اننت ویگ والا۔ برواجن۔
گتی سماں دوڑتا ہے۔ ابوہ۔ جیسے۔ ہرت پرتشٹھم۔ ہردے میں
ٹک کر۔ یت۔ جو میرا من۔ اجرم۔ جرا اور جنم رہت۔ جیوشٹھم
زندہ رہے۔

بھاؤ ارتھ۔ ہی ایشور یہ میرا من بے لگام گھوڑوں کیطرح ادھر اُدھر
دوڑاتا پھرتا ہے۔ جو ہردے میں ٹکا ہوا گتی مان اننت ویگ

والا ہے ۔ وہ سب اندریوں کو ادھرم آچرن سے روک کر دھرم میں سرد دا چلا کرے ۔

अथ य एष एतस्मिन्मण्डले, पुरुषो यश्चैष हिरण्मयः पुरुषः । अथ य एष एतस्मिन्मण्डले, पुरुषोऽयमेव सोऽयं दक्षिणेऽक्षन्पुरुषः ॥

اتھ ۔ اب ۔ یا الیشن ۔ جو یہ ۔ ایتی اسمن منڈلی ۔ اس منڈل میں ورتمان ۔ پورشاہ ۔ پورش ۔ یاشچہ الیشن ۔ اور جو یہ ہرنیہ مہاہ ۔ سوریہ اور اگنی روپ سے جگت کو پالن کرتا ہوا ۔ پورشاہ ۔ وہ پورش ۔ اتھ یا الیشہ ۔ اب جو یہ ۔ اتسمن ۔ اس منڈلی ۔ منڈل میں ۔ پورشا ۔ پورش پرماتما ۔ ایم الیوہ ۔ یہ ہی ہے ۔ دکھشی ۔ دکھن مارگ سے ۔ ایکھن ۔ دیکھتے ہوئے دن رات چلتا ہے ۔ پورشنشچہ ۔ وہی پورش ۔

بھاوارتھ ۔ اس سوریہ منڈل میں جو پرماتما سوریہ اگنی آدھ روپ سے جگت کو پرکاشت کرتا ہوا انتریامیہ بھاؤ سے سبھ کھونو میں آپ ہی ورتمان ہو کر دکھانائیں اور اوترائن کے مارگ میں دن رات چلتا ہے ۔ سو میں اس پورش کو شدھ من سے پرارتھنا کرتا ہوں ۔ کہ میری دیٹوی سمپت کر کے جیسے دیوتا سکھ بھوگتے ہیں ۔ اسی پرکار میں بھی سوکھ بھوگوں ۔

य उदगात्पुरस्तान्महतो अर्णवाद्विभ्राजमानः
सरिरस्य मध्ये । स मामृषभो रोहिताक्षः, सूर्यो
विपश्चिन्मनसा पुनातु । य ब्रह्माऽवादिष्म तन्मा
मा हिंसीत्सूर्याय विभ्राजायवे नमो नमः ॥

یہ دوگات - جو اُودے ہوا - پُرستاتھ - پُورو دشا سے -
مہتو ارنوات - بڑے سمندر سے - ببھراجمانا - چمکتا ہوا - سرِرہ -
رسہ مدھی - چلنے کے مارگ انترکھ کے بیچ - سہ مام - وہ مجھے
رِشبہ بیاہ - جو کامنا برساتا ہے - روہتاکھ - لال آنکھیں جکی ہیں -
سوریو - سوریہ - دیپشچت - جو گیانی ہے - منسا - من سے -
پنہ ناتو - شدھ کرے - یت - جو کچھ - برہما - وید - اوادشمہ
من نے پڑھا - تن ما - وہ - ماہمسیت - نشٹ نہ کرے اپنے آسوری
کرم نہ کروائے - سوریائے - سوریہ بھگوان - ببھراجائے - وشیش
کر کے چمکنے والے کو - وئے - جو نشچئے ہے - نمو نماہ - نمسکار - بار
بار کرتا ہوں -

بھاوارتھ - جو سوریہ بھگوان پوروسے اُودے ہو کر سمندر
کے بیچ سے چمکتا ہوا انترکھ کے مارگ میں لال آنکھیں رکھتا ہوا
چلتا ہے اور کامنا برساتا ہے - اسی کا ہم چنتن کر کے پرارتھنا کرتے
ہیں - کہ جو ہم نے وید پڑھا - سو ہمارا پڑھا ہوا نشٹ نہ ہونے پائے
ارتھات ہم آسوری کرم نہ کریں - سو ایسے پرکاشمان سوریہ کو بار بار

نمسکار کرتا ہوں - اوم اب گائیتری کا انگ نیاس شروع کرے -

اع نابھو و ہر دے م شر سہ بھو پادلو بھواہ ہردے سواہ شرسے - اوم بھواو نگشٹکا بیام نمہ - اوم بھواہ ترجنہ بیام نمہ اوم سواہ مدھما بیام نمہ - اوم جہا انامکا بیام نمہ - ادم جپا کنشٹکا بیام نمہ - اوم تپاہ ستم کرتلہ کرپشٹا بیام نمہ اوم بھو پادھیہ اوم بھواہ جانود اوم سواہ گوہیے اوم جہا نابھیہ اوم جنا ہردے اوم تپا کنٹھے اوم ستم شرسہ اوم بھو ہردیے نمہ - اوم بھواہ شرسہ سواما - ادم سواہ شنکھائے اوشٹ اوم جہا کوچائے ہوم اوم جنا نیترا بیام اوشٹ اوم تپاہ ستم استرائے پھٹ - اوم تت سوہ تور اونگشٹھا بیام نمہ دریم ترجنہ بیام بھرگو دیوسہ مدھیا بیام نمہ دی ہی انامکا بیام نمہ دھیو یہ ناہ کنشٹکا بیام نمہ پرچودیات کرتلہ کر اپرشٹا بیام نمہ - تت پادلو سوہ تور جانو وری نم کنٹھ بھرگو نابھو دی وسہ ہردے دی ہی کنٹھے دیلو ناسکا مام یاہ چکھشو ناہ للاٹے پرچودیات شرسہ - تت سوہ تور ہردیائے نمہ وری نیم شرسہ سورہا بھرگو دیوسہ شنکھائے اوشٹ دی ہی کوچائے ہوم دیو لیونا نیترا بیام اوشٹ پرچودیات استرائے پھٹ اوم اپس نتہ لیوجو تیر تیتر لوامرتم للاٹے برہم بھوربھواہ سور اوم شرسہ -

اب پرانایام منتر سے پرانایام جیسے پیچھے لکھا گیا ہے کرے - اسکے بعد گائیتری شاپ موچن کا آرنبہ کرے -

اہم شری مہا گائیتری شاپ اُودھار منترسہ وشوامتر رشہ دِ شاپ رنپانکھتی چھنداہ سوہ تا دیوتا شاپ دواری ورنہ لیوگاہ۔

شاپ موچن منتر۔

हिरण्यगर्भः समवर्त्तताग्रे भूतस्य जातः पतिरेक आसीत् । स दाधार पृथिवीं द्यामुतेमां कस्मै देवाय हविषा विधेम ॥

-ایا منتر کو پڑھیں۔

ارتھ - جب سرشٹھی نہیں بنی تھی - تب ایک ادوتیہ ہرنیہ گربھ جو سوریہ آدی تیجسوی پدارتھوں کا گربھ نام اوتپتیستھان یا ادتپادک ہے - سو ہی سب سے پرتھم تھا - وہ ہی سب جگت کا سناتن پرسدھ پتی ہے - وہی پرماتما پرتھوی سے لیکر ہرنیہ گربھ پرینت جگت کو رچ کے دھارن کرتا ہے - (کسمے دیوہ رے) کون پرجاپتی - وہ پرجا پتی جو پرماتما کی پوجا آتھمہ نیمرین سے بیتھادت کریں - اسکے بغیر کسی دوسر کی اوپاسنا نہ کرے۔ اسلئے چاہئے کہ پرماتما کی اوپاسنا نستر کرنا ہے اگر تم اس لوک کا اور سورگ کا سو کچھ پراپت کرنا ہے - یجر وید ادھائے ۱۳ شلوک نمبر ۱۳

اُدم اسہ سری مہا گائیتری منترسہ وشوامتر رشہ گائیترم چھنداہ سوہ تا دیوتا آتھمنو وانگمنا کا یوپار جنہ پاپ نوارنا تھم

دہرم ارتھ کام موکھیارتھی سری مہاگائیتری اشٹ اوترشت
جپی ونہ یوگاہ - یعنے جپ کرنے کا وعدہ دیوتا سے کرنا کہ میں کتنا
جپ کروں گا -

انتھ دھیانم - موکھتا وِدرُمہ ہیمہ نیلہ دھولہ چھائے موکھس
تری اکھنے یوکھتام نیدو بدھ رتن موکٹام تتوآتمہ ورناتھ
میکام گائیترم وردا بھیام کوشکرام شوبھلم کپالم گونم تتنکھم
چکارم اٹھ آر بنادھ یوگام ہستیر وتنھم بھجے -

جل انجلی اُٹھا کر ۳ بار پڑھیں۔ کم کچھ ورد ے دیوی نرکھری
برہم واونی - گائیترم چھنا- ساماتا برہم یوتی نمواستوتی -

اب پرانام کرکے گائیتری منتر کا جپ من سے اوشچارن کرنا چاہیے.
آدھ اور انت میں اوم لگا کر ۱۰ بار یا ۱۰۸ یا ۱۰۰۰ بار جپ کرنے
کے بعد پھر لبطریق سابقہ پرانایام کرنا چاہیے -

اوم دیوا گاتو دیدہ گاتم وت تواگاتوم یت ہنس پت
یکیم دیویکیم سواہا واتی دھا -

انی نہ شری مہاگائیتری دشامشہ وا اشٹ اوترشتا مشہ
جپی نہ دھرم آرتھ کام موکھیارتھی سری مہاگائیتری پریتام
پرنیا بھوتو -

دشہ ہبیر حیتم چرتم شتی نہ تو لپر اکرتم نرلوگ اوتھتم
سہر بینہ گائیتری ہتتہ کمبشم -

اور پھر دسوں دشاؤں کو چکر لگاتے ہوئے نمسکار کرنا چاہیئے۔
پھر ترپن کریں۔ اوم نمو برہمنی نموا ستوگنی تمہ پرتھوے نمہ اوشدھی
بیاہ نمو واچے نمو واچس پتی نمو وشنوی برہیتی کرنومی۔ اتہ
اپیاسام الیوہ دیواتام سار شٹم سبالیو جیم سلوکتام سایمیم اوا
پنوتے۔ یہ ایوم ویدان سواد ھیایم ادھی تے۔ اب سنکھیپت
ترپن کرے۔ سو بینہ برہما دیا سروی دیوتا ترپنیام کنٹھو پویتی۔
سنکا دیا سروی رشیاہ ترپنام ترپتام۔ اپنے سوبلکہ لوہ اکیوا انلا دیا
سروی پتراہ ترپتیام ترپتیام ترپتام۔ اب اپنے پتروں کا ترپن کرے۔
اوم تتامت برہما ادی تاوت تتھو ادے امکہ ماسنہ اکہ پکھسہ
تتھو امکایام امکہ وارا ستانیایم پتا پتا ہیے پر پتا ہیے ماتا
پتا ہی پر پتا ہیے ماتا ہیے پر ماتا ہیے وردھ پر ماتا ہیے
ماتا ہیے۔ پر ماتا ہیے وردھ پر ماتا ہیے اپتادی ترپتم ترپتم ترپتم

اتی سندھیا او پاسنا شبدھ ارتھ بھاؤ ارتھ سہتا
سمپورنم۔ شوبھم استو سروہ جگتام

پریمی بھگتوں کا الوچر وشید نھوشن کیلاس ہارام

جب تک یہ شریر روپی گھر سوستھ ہے۔ جب تک بڑھاپا دور ہے، جب تک اندریوں کی شکتی ٹھیک ہے اور آیو کا کھے نہیں ہوا ہو۔ ودوان منش کو تبھی تک اپنے کلیان کے لئے مہان پریتن کرنا چاہیئے نہ کہ جب گھر کو آگ لگ جائے۔ تو اس وقت کنواں کھودنے کا ادھم کرنا کس کام کا۔ اگر منش کا آیو سو برس تک ہوگا تو اس کا آدھا راتوں کے نیند میں بیت گیا اور باقی نصف کا نصف حصہ بچپن اور بڑھاپے میں بیت گیا۔ باقی پچیس ۲۵ برسوں میں منش نے اپنا آیو روگوں، دکھوں اور غریبی اور خوشی اور ماتم میں گذر جاتا ہے۔ پانی کے لہروں کے سمان یہ ہمارا چنچل جیون وایو کی طرح بیت کر کہیں بھی سکھ نہیں پاتا ہے۔ اسلئے چاہیئے کہ منش جوانی میں ہی اپنے اودھار کے لئے دھرم کرم اور دان کا پریتن کرتا ہے۔

بڑھاپے میں جھریاں پڑ جاتی ہیں۔ چلنے پھرنے کی طاقت نہیں رہتی ہے۔ دانت گر جاتے ہیں۔ بینائی کی کمی، بہرا پن، منہ سے رال ٹپکتی ہے۔ بندھو جن کہنا نہیں مانتے۔ استری سیوا نہیں کرتی۔ بوڑھے منش پتر بھی شترو بن جاتا ہے۔ ہائے بڑا کشٹ ہے۔ دیہ اگنہ ستنگ

شری گائیتری پریوارونکیلئے شبھ سندیش

چونکہ اس وقت ہم لوگوں کو پاپ کرموں کے انوسار بہت سے دکھوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ جسکے بیان کرنے کی ضرورت نہیں۔ اسلئے ان دکھوں کی نوورتی کیلئے ہمیں اپنے سوَدھرم پر چلنا اُوچت ہے۔ جسکا پہلا زینہ سندھیا اوپاسنا ہے جس میں گائیتری سنسکار دھارن کرنے کیلئے ہم ہزاروں روپئے خرچ کر کے اپنے سنتانوں کو گائیتری سنسکار کرتے ہیں۔ جسکی اصلیت اور ارتھ کو نہ جان کر اُس کی اوپاسنا پر بھی بھاؤ نہیں رہا ہے۔ اس لئے بڑی محنت سے **پرنو اور گائیتری** اُپاسنا یعنے سندھیا کا بھید ارتھ اور بھاؤ ارتھ سہت اردو خط میں پرگھٹ کیا گیا ہے۔ جس کو اچھی طرح پڑھکر گائیتری تتو کو جاننا اُوچت ہے۔ اس لئے ہر ایک سوتر دھاری کو اس کی ایک ایک کاپی اپنے پاس پڑھنے اور جاننے کے واسطے رکھنی چاہیئے۔ تاکہ معلوم ہو سکے کہ جگت میں اصلیت اور اصول کیا ہے۔ اس کی اُپاسنا کرنے سے بھوت، بھوشیت برتمان کال کے پاپوں کا ناش اور دھن سنتان اور سمپتی کی وردھی ہوتی ہے۔

آپ کا شبھ چنتک

آیورویدبھوشن، نیواہ